

# Tallinna Kadaka Põhikool

## TOIMETULEKUÕPPE ÕPPEKAVA

### VEENE KEEL EMAKEELENA

#### 1. Vene keele emakeelena aine õppetegevuse kirjeldus ja õpetuse eesmärgid

Vene keel on emakeelena toimetulekuõppes sotsiaalsete oskuste ja tajude arendamise, tunnetustegevuse, suhtlemise, tegevuste kavandamise ning oma ja teiste tegevuste reguleerimise vahend.

Keelel on oluline osa õpilase isiksuse kujunemisel ja rahvuskultuuri omandamisel.

Keele õpetamise kaudu arendatakse õpilase kõnetegevust sensomotoorsel, keelelisel ja pragmaatilisel tasandil.

Kõnearenduses arvestatakse õpilase üldist arengutaset ja kõnesoovi, võimalikku nägemis- ja kuulmiskahjustust, artikulatsiooniaparaadi liikuvust.

Suhtlemise õpetamisel on kõige olulisem enda väljendamine nii keeleliste kui ka mittekeeleliste vahenditega ning partneri mõistmine. Kõne hääldusliku külje arendamisest olulisem on õpetada oma mõtete ja soovide arusaadavaks tegemist. Vajaduse korral võetakse kasutusele verbaalset kõnet toetavad ja/või asendavad kommunikatsioonivahendid.

Arendatakse suutlikkust oma teadmiste ja omandatud suhtlemisvahenditele vastavalt teavet küsida, edastada ja kasutada; mõista suhtlussituatsioone; kuulata ja mõista kohandatud teksti, lugeda ja mõista silte ja teabelauseid ning kohandatud lühitekste sõltuvalt kõne arengu tasemest; mõista ja kasutada graafilist teavet (pilte, skeeme) ja instruktsioone, seostada verbaalset ja graafilist teavet.

Keele õpetamine on seotud õpilase praktilise tegevusega, toimub kõikides tundides ning klassivälistes tegevustes. Kõne sisu toetub esialgu tajutavale situatsioonile, hiljem ka tajukujutlustele, sh piltidele. Verbaliseeritakse praktilises tegevuses tekkivaid olukordi, kommenteeritakse/kirjeldatakse oma või teiste tegevust. Kõne arengu tingimuseks on õpilaste suhtlema ärgitamine praktilise tegevuse käigus. Motiveeritakse mitteverbaalseid ja verbaalseid situatiivseid suhtlemisakte.

Suhtlemine täiskasvanuga toimub esialgu oma soovide väljendamise tasandil ning hiljem täiskasvanu suunatud/juhendatud suhtlussituatsioonides ning tegevustes, mille käigus omandatakse uusi teadmisi. Õpetaja ülesandeks on toetada verbaliseerimist, andes ette suhtlemisvahendid ja mallid, mida hakatakse järk-järgult iseseisvamalt kasutama. Õpilaste omavahelist suhtlemist soodustatakse, korraldades erinevaid koostegevusi.

Suhtlemisvahendite kasutama õpetamisel teadmiste omandamiseks arvestatakse järgmisi etappe:

- olemasoleva kogemuse fikseerimine,
- tuttavate objektide ning tegevuse tajumise sõnastamine,
- kujutiste ja kujutluste aktiveerimine mälupildile toetudes,

- varem tundmatute objektide ja tegevuste analüüsi sõnastamine omandatud suhtlemisvahendite piires.

Oluline on suunata õpilasi mõistma ja õigesti kasutama objektide nimetusi, eristama neid tegevust, seisundit ja tunnuseid väljendavatest vahenditest.

Kuulmistähelepanu piisav areng on kõne mõistmise eelduseks. Selle arendamiseks harjutatakse mitteverbaalsete helide kuulamist ja äratundmist, seejärel sõnade ja lausungite äratundmist. Kuulmistähelepanu arendamiseks ja keeleüksuste tähenduste mõistmiseks kasutatakse hääliitsuste ja sõnade järele kordamist, esemetele või piltidele osutamist, sisuliste või keeleliste vigade leidmist. Toimetulekuõppe lõpuks kujundatakse oskus kuulata jutustatud või ette loetud lühiteksti.

Kõneloome arendamisel on peamine eesmärk laiendada õpilaste baassõnavara ja kujundada baaslausungite moodustamise ja kasutamise oskust, et jõuda dialoogi sisaldavate lühitekstide loomiseni.

Grammatikaõpetuses õpetatakse lihtsamate grammatiliste konstruktsioonide praktilist mõistmist ja kasutamist.

Ladusa lugemiseni jõuavad vähesed toimetulekuõppe õpilased. Lugemisoskus tähendab eelkõige õpitud märkide ja sõnade äratundmist, mis võimaldab saada teavet ümbritsevast maailmast. Harjutatakse oskust lugeda tähtede, sõnade ja lühemate lausete kaupa.

Iseseisva kirjutamiseni jõuavad vähesed toimetulekuõppe õpilased. Kujundatakse üksikute oluliste sõnade ja lühikeste lausete kirjutamise – häälimise, õigekirja ja ära kirja, oskust.

## **2. Üldpädevuste kujundamine vene keele emakeelena aines**

Toimetulekuõppes käsitatakse pädevust kui võimetekohaste teadmiste, oskuste ja hoiakute kogumit, mis tagab suutlikkuse teatud tegevusalal või valdkonnas toime tulla.

Vene keele aine õpetamine toetab õpilastel õppekava läbivate taotletavate kohandatud üldpädevuste kujunemist.

Vene keele soovituslikus ainekavas on õpitulemuste saavutamiseks kirjeldatud tegevusi neljas valdkonnas:

- Suulise kõne mõistmine.
- Suuline eneseväljendus ja sõnavara.
- Tekstiloome ja selle mõistmine.
- Lugemine ja kirjutamine.

Loetletud valdkondade tegevuste lõimimise kaudu õppetegevuses ja igapäevaste tegevuste raames kujunevad õpilastel õppekava läbivad üldpädevused.

### **Sotsiaalne ja kodanikupädevus**

Vene keele aine raames õpivad õpilased mõistma ning kasutama igapäevaseid viisakusväljendeid, väljendeid, mis võimaldavad küsida/pakkuda abi jms.

### **Enesemääratluspädevus**

Vene keele õpe loob hea võimaluse õppida erinevates asutustes, näiteks raamatukogus, kaupluses, teatris, kinos jne kasutatavate infokandjate lugemist ja mõistmist ning toimimist vastavalt saadud infole. Tänaval liiklemisel on abiks liiklusmärkide, tänavasiltide jms lugemisoskus ja tegutsemine vastavalt juhistele. Erinevates infokandjate lugemis- ja tõlgendamisoskus suurendab õpilaste iseseisvust ümbritsevas keskkonnas.

### **Õpipädevus**

Õpilased kasutavad õpitud suhtlemis-, lugemis- ja kirjutamisoskusi igapäevases elus toime

tulemiseks. Nad täidavad korrektset jõukohaseid ülesandeid individuaalselt ja rühmas, kasutavad sobivaid teabevahendeid. Õpilased on huvitatud uute teadmiste ja oskuste omandamisest.

### **Suhtluspädevus**

Suhtluspädevuse arengut toetavad eelkõige igapäevased elulised suhtlussituatsioonid, mis on toimetulekuõppel koolipäeva lahutamatuks osaks. Õpilased osalevad vestlustes vastavalt oma võimetele. Õpilaste suhtlusakte tuleb positiivselt toetada ning suunata neid üha enam erinevate teemakäsitluste raames vestlustes osalema. Vajadusel saab kasutada suhtlemise toetamiseks erinevaid AAC vahendeid (alternatiivne ja augmentatiivne kommunikatsioon - alternatiivne ehk kõnet asendav kommunikatsioon ja augmentatiivne ehk kõnet toetav kommunikatsioon). AAC vahendite kasutamine sõltub iga õpilase suhtlemise eripärast (vt AAC vahendite kasutamine).

### **Matemaatika-, loodusteaduste ja tehnoloogiaalane pädevus**

Keskkonnateadlikkuse arendamiseks tegeletakse vene keele tundides erinevate märkide, siltide jms leidmise, äratundmise ja mõistmise õpetamisega. See loob võimaluse nt sorteerida prügi õigesti või leida matkates sobiv lõkke- ja/või prügi mahapanemise koht. Kujundatakse sisseostude tegemiseks vajalikku lugemisoskust.

### **Ettevõtlikkuspädevus**

Õpilaste suhtlemisoskuste arendamiseks pakutakse neile õppekäikude raames erinevaid suhtlemisvõimalusi nii eakaaslaste kui täiskasvanutega, tuttavate ja võõraste inimestega. Õpilasi suunatakse pingutama ühiselt seatud eesmärkide saavutamise nimel. Olulisel kohal on töö tegemise korrektsus, oskus alustatud tegevus lõpuni viia ja tulemust kontrollida, nt võrrelda näidisega. Õpilastes kujundatakse oskust märgata enda ja teiste pingutust ja tööd.

### **Digipädevus**

Vene keele õppimisel kasutatakse õpilastele arusaadavaid ja jõukohaseid infotehnoloogilisi vahendeid. Igapäevase õppetegevuse osana suhtlemisvõimaluste loomiseks kasutatakse vajadusel õpilase arengutasemele vastavat kommunikaatorit.

## **3. Vene keele emakeelena aine lõiming õppekava läbivate teemadega**

Õppekava läbivad teemad on üld- ja valdkonnapädevuste ning erinevate õppeainete lõimingu vahendiks. Õppekava läbivaid teemasid arvestatakse toimetulekuõppel oleva õpilase eripärasid arvestava ning toimetulekuõppe metoodikast lähtuva kohandatud õppimist ja arengut toetava koolikeskkonna loomisel. Läbivad teemad on aineülesed ja käsitlevad ühiskonnas olulisi valdkondi, mis läbi kujuneb õpilasel ettekujutus ühiskonna kui terviku toimimisest ning arengust. Õpilasel kujuneb oskus vastavalt oma võimetele omandatud oskusi ja teadmisi elulis-praktilistes olukordades rakendada. Õppekava läbivad teemade käsitlemine toimub kõikides vene keele aine soovituslikus ainekavas kirjeldatud valdkondades.

### **Elukestev õpe ja karjääri kujundamine**

Jõukohase ja huvipakkuva mängulise ja elulis-praktilise tegevuse kaudu toetatakse õpilaste huvi kujunemist ümbritseva keskkonna esemete, nähtuste ja tegevuste vastu. Õpilastel kujuneb positiivne suhtumine ümbritsevasse keskkonda ja inimestesse. Tekib positiivne hoiak õppimisse ja kujunevad jõukohased eneseväljendus-, lugemis- ja kirjutamisoskused. Õppekäikudel saavad õpilased arendada lugemisoskust, teistega suheldes eneseväljendusoskusi.

### **Keskkond ja jätkusuutlik areng**

Vene keele aines omandatud oskusi ja teadmisi saavad õpilased kasutada igapäevastes elulistes olukordades. Olulisel kohal on õuesõppetunnid, kus pildimaterjali, sõnakaardid jms saab ühendada looduses leiduvaga. Õpilased tutvuvad elus ja eluta loodusega ning

inimtekkelise keskkonnaga. Õpilased õpib mõistma enda rolli ümbritsevas keskkonnas ning saavad praktilise tegevuse kaudu vastavalt võimetele aru, kuidas saab enda käitumise ja tegevusega mõjutada keskkonnaressursside kasutamist.

### **Kodanikualgatus ja ettevõtlikkus**

Kesksel kohal on adekvaatse minapildi kujunemine. Õpilased õpivad teadvustama enda rolli perekonnas, klassi- ja koolikaaslaste hulgas ja laiemalt ühiskonnas. Erinevate vene keele aine teemakäsitluste kaudu õpivad õpilased aru saama sõprussuhetest. Mängulises tegevuses omandavad õpilased oskused kaaslaste kõrval ja kaaslastega koos tegutsemiseks ning esmased koostööoskused.

### **Kultuuriline identiteet**

Kultuuriline identiteet kujuneb õpilastel kodu, kooli ja laiemalt ühiskonna pidevas koostöös. Õpilased õpivad märkama erinevast rahvusest ja rassist kaaslasti enda ümber. Õpilased tutvuvad lisaks enda kultuurikeskkonnale ka kaaslaste omaga ning õpivad huviga ja avatult suhtuma rahvuslikesse ja kultuurilistesse erinevustesse. Olulisel kohal õppetegevuses on osalemine erinevatel kultuurisündmustel nii osavõtjate kui küllastajatena, kohtumised teiste kultuuride esindajatega nt spordivõistlustel, õppetööd toetavate projektide raames jms. Õpilastel kujuneb positiivne suhtumine uude ja erinevasse.

### **Teabekeskond ja meediakasutus**

Igapäevaste tegevuste kaudu ja õppekäikudel suunatakse õpilasi leidma ja mõtestama ümbritsevas keskkonnas olevat eelkõige visuaalselt esitatud teavet. Õpilased õpivad igapäevategevustes, õpi- ja lihtsates tööülesannetes orienteerumisel ja nende sooritamisel kasutama keskkonnas olevat piltide, siltide, märksõnadena, skeemidena vms esitatud teavet. Õpilasi suunatakse mõtestatult kasutama vaba aja veetmise võimalusena erinevaid meediakanaleid: televisiooni, ajakirjandust jms. Ohutusega seonduvate teemade raames käsitletakse õpilaste kogemusväljaga ühtivaid ja arusaadavaid meediakasutusega seonduvaid ohtusid.

### **Tehnoloogia ja innovatsioon**

Vene keele emakeelena aine teemavaldkondade käsitlemise raames saab õpetaja kasutada õppetegevuse mitmekesistamiseks erinevaid digikeskkondi ja rakendusi. Õpilasi saab suunata mänguliste tegevuste ja õppimise kaudu kasutama arengule vastavaid jõukohaseid digivahendeid. Kui õpilane kasutab verbaalset kõnet toetavat või asendavat digivahendit, tuleb õpilast suunata seda järjepidevalt kasutama õppetegevuses. Kasutusel olevat AAC vahendit tuleb tutvustada kõikidele õpilasega tegelevatele täiskasvanutele ja kaasõpilastele. AAC vahendite kasutamine

### **Tervis ja ohutus**

Vene keele emakeelena aine kuulamis-, vestlus- ja lugemisteemade hulgas on olulisel kohal õpilaste tervislike eluviisidega seonduv. Õpilasi suunatakse näitlike eluliste olukordade, sh rollimängude, dramatiseeringute jms kaudu järgima tervislikke eluviise tutvustades tervisliku toitumise põhimõtteid, vee tarbimise olulisust ning erinevaid sportimise võimalusi nii iseseisvalt kodus kui avalikel spordiväljakutel ning treeningute raames. Ohutuse teemat saab käsitleda läbivalt erinevate teemavaldkondade raames kujundades õpilastel teadmised ja oskused ohtudest hoidumiseks ning enda ja teiste abivajaduse märkamiseks ning abi kutsumiseks.

### **Väärtused ja kõlblus**

Toimetulekuõppes on õpilaste õpimotivatsiooni tõstmise seisukohalt määrava tähtsusega õpilase ja õpetaja positiivne ühistegevus. Õpilased õpivad tundma iseennast, enda tugevusi ja nõrkusi. Õpetaja jt täiskasvanute eeskujul kujuneb positiivne suhtumine iseendasse, kaaslastesse ja laiemalt ümbritsevasse keskkonda, sh looduskeskkonda. Erinevate vene keele emakeelena teemakäsitluste läbi omandavad õpilased aktsepteeritavad väärtushinnangud ning käitumismallid. Õppimine toimub elulistes olukordades, rollimängude, dramatiseeringute läbi. Õpilastega külastatakse teatrietendusi ja vaadatakse filme, mida

hiljem koos analüüsitakse. Vastavasisulised tegevused arendavad õpilaste suhtlemisjulgust ning eneseväljendusoskusi.

#### **4. Vene keele emakeelena aine lõiming teiste õppeainetega**

##### **Vene keel emakeelena ja elu- ja toimetulekuõpe**

Vene keeles emakeelena omandatud verbaalseid ja alternatiivseid suhtlusvahendeid, omandatud piltide, sümbolite, sõnade ja lihtsa teksti lugemise oskust kasutatakse kõikide elu- ja toimetulekuõppe teemade käsitlemisel. Elu- ja toimetulekuõppe aine raames, sh praktilise tegevuse käigus kasutab õpetaja õpilaste kõnest arusaamise tasemele vastavaid verbaalseid ja alternatiivseid suhtlusvahendeid. Õpilasi suunatakse aktiivselt kasutama olemasolevaid verbaalseid ja/või alternatiivseid suhtlusvahendeid, vajadusel verbaliseerib õpetaja õpilaste tegevust. Laiendatakse käsitletavate teemavaldkondade kaupa õpilaste passiivset ja aktiivset sõnavara. Õpilasi suunatakse osalema loomulikes suhtlussituatsioonides, küsima küsimusi ja avaldama oma arvamust. Õpilased loevad teemakohaseid piltide, sümbolite, skeemide või tekstina esitatud õppejutte, otsivad suunamisel infot erinevatest allikatest: töölehed, arengule vastavad raamatud, internet vms.

##### **Vene keel emakeelena ja matemaatika**

Vene keeles emakeelena omandatud oskusi ja teadmisi kasutatakse matemaatikas erinevate ülesannete lahendamisel. Vene keele emakeelena aine raames omandavad õpilased passiivses ja aktiivses kasutuses matemaatikaalase sõnavara, nt kehaosade nimetused, ruumisuhteid, suurustunnuseid jms märkivad mõisted. Õpilased õpivad mõistma ja kasutama arvsõnu, järgarvude nimetusi, mõõtühikute nimetusi jms. Õpilased õpivad lugema, mõistma ja järeldusi tegema visuaalselt interpreteeritud infost, mis on esitatud erinevate piltide, jooniste, tabelite, skeemide, graafikute jmt abil. Nende õpilaste puhul, kes on omandanud lihtsa teksti lugemise oskuse, on oluline toetada funktsionaalse lugemisoskuse arengut lugedes elulisi matemaatilisi jutukesi ja suutlikust, rakendada loetud tekstist saadud teavet. Teemade käsitlemisel ja praktilises tegevuses kasutab õpetaja õpilaste kõnest arusaamise tasemele vastavaid verbaalseid ja alternatiivseid suhtlusvahendeid. Õpilasi suunatakse aktiivselt kasutama olemasolevaid verbaalseid ja/või alternatiivseid suhtlusvahendeid, vajadusel verbaliseerib õpetaja õpilaste tegevust.

##### **Vene keel emakeelena ja tööõpe**

Õppetöö läbiviimisel suhtleb õpetaja õpilastega, kasutades õpilaste kõnest arusaamise tasemele vastavaid verbaalseid ja alternatiivseid suhtlusvahendeid. Õpilasi suunatakse aktiivselt kasutama olemasolevaid verbaalseid ja/või alternatiivseid suhtlusvahendeid, vajadusel verbaliseerib õpetaja õpilaste tegevust. Laiendatakse käsitletavate teemavaldkondade kaupa õpilaste passiivset ja aktiivset sõnavara. Õpilasi suunatakse osalema loomulikes suhtlussituatsioonides, küsima küsimusi ja avaldama oma arvamust. Õpilased loevad piltide, skeemide, sõnade/lihtlausete kaudu esitatud teavet ning töö täitmisel lähtuvad sellest. Koostöös teistega arenevad õpilaste suhtlemisoskused.

##### **Vene keel emakeelena ja kehaline kasvatus**

Kehalise kasvatus tundides praktiliste liikumistegevuste raames kasutab õpetaja õpilaste kõnest arusaamise tasemele vastavaid verbaalseid ja alternatiivseid suhtlusvahendeid. Õpilased õpivad kuulama, mõistma ja täitma õpetajapoolseid korraldusi ja järgima verbaalselt ja/või alternatiivsete vahendite abil selgitatud mängureegleid. Õpilasi suunatakse aktiivselt kasutama olemasolevaid verbaalseid ja/või alternatiivseid suhtlusvahendeid, vajadusel verbaliseerib õpetaja õpilaste tegevust. Laiendatakse käsitletavate teemavaldkondade kaupa õpilaste passiivset ja aktiivset sõnavara. Õpilasi suunatakse osalema loomulikes suhtlussituatsioonides, küsima küsimusi ja avaldama oma arvamust. Õpilased loevad piltide, sümbolite, skeemide või tekstina esitatud infokandjaid linnaruumis, mängu- ja spordiväljakutel, looduskeskkonnas jm.

### **Vene keel emakeelena ja rütmika**

Õpilasi suunatakse jälgima, mõistma ja täitma õpetaja korraldusi. Õpilased osalevad rütmisalmide lugemisel, liisutamisel, rahvalaulude laulmisel jms.

### **Vene keel emakeelena ja muusikaõpetus**

Muusikatundides on võimalus õpilasel kasutada vene keele emakeelena aines õpitud sõnu, häälightsusi (nt loomahääled) ja emotsioone ning tegevusi väljendavaid žeste. Vene keele emakeelena tunnid on võimaluseks lugeda ja pähe õppida laulusõnu.

### **Vene keel emakeelena ning kunst ja käeline tegevus**

Kunsti ja käelise tegevuse aine teemade käsitlemisel ja praktilises tegevuses kasutab õpetaja õpilaste kõnest arusaamise tasemele vastavaid verbaalseid ja alternatiivseid suhtlusvahendeid. Õpilasi suunatakse aktiivselt kasutama olemasolevaid verbaalseid ja/või alternatiivseid suhtlusvahendeid, vajadusel verbaliseerib õpetaja õpilaste tegevust. Laiendatakse käsitletavate teemavaldkondade kaupa õpilaste passiivset ja aktiivset sõnavara. Õpilasi suunatakse osalema loomulikes suhtlussituatsioonides, küsima küsimusi ja avaldama oma arvamust. Õpilased kirjeldavad suunavate küsimuste ja pildimaterjali abil enda ja teiste kunstitöid, emotsioone, mis tekkisid loometöö käigus ning valmis töid vaadates. Õpilased loevad piltide, skeemide, jooniste või tekstina esitatud tööjuhendeid, kirjutavad kunstitöödele enda nime, töö pealkirja jms.

## **5. Vene keele emakeelena aine rõhuasetused**

### **I arengutasemel**

- Selgitatakse välja õpilase kõnemõistmise ja verbaalse/mitteverbaalse eneseväljenduse oskused.
- Lõimitakse kõne mitteverbaalse suhtlemisega.
- Kujundatakse oskust kuulata, jälgida, matkida ja koos tegutseda. Vajaduse korral võetakse kasutusele alternatiivsed suhtlusvahendid. Õpilane õpib keeleliste või alternatiivsete vahenditega oma põhivajadusi ja soove arusaadavalt väljendama.
- Õpetatakse lühikorraldusi kuulama ning esitatud korraldustele situatsioonist lähtuvalt koos osutamise/ettenäitamisega reageerima, oma kõnet ja häälightsusi gruppis koostöötamise eesmärgil reguleerima.
- Oluline on kontakti astumine, kontaktis osalemine ja kontakti kestuse pikendamine.
- Kõne arendamine toimub peamiselt praktilise tegevuse ja suunatud esemelise mängu kaudu, kusjuures elementaarseks kõneks ja vokaliseerimiseks on vajalikud kaasnevad passiivsed ja aktiivsed liigutused.
- Lihtsate ja õpilaste jaoks arusaadavate (nende sensomotoorsetele kogemustele toetuvate) õppejuttude ning erinevate õppeülesannete kaudu arendatakse kuulmistähelepanu: õpetatakse reageerimist erinevatele helidele ja mürale, kõnehäälikute äratundmist ja eristamist, sõnade eristamist.
- Vajaduse korral täpsustatakse hääldust, kujundatakse oskust kõne baasiks olevaid häälikuid ja häälikukomplekse (häälikute rida, silbirida, kõnetakt, sõna) järele korrata.
- Harjutatakse situatsioonile vastavate sõnade äratundmist ja kasutamist, võimaluse korral baaslausungite moodustamist.
- Alustatakse lugemise ja kirjutamise eeluskuste kujundamisega.
- Õpetatakse pildi ja terviksõna lugemise oskust.
- Tehakse lihtsamaid kirja eelharjutusi.

### **II arengutasemel**

- Arendatakse tegevusega kaasnevat suhtlemist, harjutatakse situatiivset dialoogi.
- Jätkub kõnearendustöö. Tõuseb õpilaste suutlikkus mõista ja kasutada situatsioonile vastavaid baaslauseid.

- Kujuneb võime elementaarselt kommenteerida oma tegevust verbaalselt või alternatiivsete vahenditega.
- Õpetatakse küsimustele vastama tajutud sündmuse või pildi põhjal.
- Laiendatakse baassõnavara, kusjuures sõnavara omandamine toetub suunatud tajule ja praktilisele tegevusele.
- Sõnavaratöös kasutatakse rühmitamise ja sobitamise ülesandeid, varieeritakse objekte, objektide arvu, muudetakse rühmitamisalust.
- Õpetatakse oluliste/tüüpiliste tunnuste eristamist ja nimetamist.
- Olulisel kohal on ülesanded, milles harjutatakse kujutluste aktiveerimist verbaalse/alternatiivse teabe alusel ja kujutluste verbaliseerimist suunatult (pildi abil, kogemuste alusel).
- Terviksõnameetodil loetavate sõnade arvu suurendatakse.
- Õpetatakse tundma ja kirjutama tähti, häälima ja kirjutama lühikesi sõnu, lugema (veerima) lühikesi sõnu ja lauseid.

### III arengutasemel

- Arendatakse oskust tulla toime igapäevastes suhtlussituatsioonides, püsida dialoogis.
- Täiendatakse eneseväljendusoskusi, kujundatakse suhtlemisoskust.
- Arendatakse oskust iseseisvalt informatsiooni hankida ja kasutada ning teateid edastada.
- Toetatakse õpilase suutlikkust kõnelemisel mälukujutlustele tugineda.
- Kujundatakse oskust eristada kogemusi ja esitatud teavet, neid omavahel seostada.
- Kujundatakse suutlikkust lühikest ja arusaadavat juhendit mälus säilitada ja seda õpitud ja/või harjutatud toimingut sooritamisel arvestada.
- Arendatakse oskust kõne abil oma tegevust planeerida ja reguleerida.
- Õpilane omandab elementaarseid lugemis- ja kirjutamisoskusi.
- Grammatikateemasid õpetatakse praktilisel viisil.

### Õpetamise eesmärgid

#### I arengutase

Õpilane:

1. Kuuleb ja eristab inimese kõnet ja erinevaid ümbritseva maailma helisid.
2. Oskab kuulda ja kuulata.
3. Teeb õiget kõnehingamist, muudab hääle tugevust ja tämbrit; muudab kõne tempot ja rütmi.
4. Mõistab ja järgib lühikesi juhiseid, väljendab oma vajadusi ja soove arusaadavalt ja kuuldavalt. Reageerib oma nimele.
5. Täiendab passiivset ja aktiivset sõnavara.
6. Orienteerub lähiümbruses.
7. Mõistab ruumisuhteid väljendavaid kaassõnu.
8. Koostab 2-3-sõnalisi lihtlauseid.
9. Vastab küsimustele verbaalseid ja mitteverbaalseid suhtlusvahendeid kasutades.
10. Hääldab õigesti õpitavaid häälikuid ja tunneb ära häälikule vastava tähe.
11. Eristab oma nime teiste seast, laob selle eeskuju järgi.
12. Veab kirjutusvahendiga mööda õpitava tähe punktiirjoont.

#### Õppesisu:

1. **Развитие слухового и зрительного восприятия**
  - Развитие способности узнавать и различать неречевые и речевые звуки.

- Узнавание звуков, которые издают различные предметы (юла, часы, телефон ...).
- Слушание звуков в классе, за окном, в коридоре, соседней комнате и т.д. (Шумят деревья. Гудят машины. Звенит звонок. Поет птица. Капает вода. Стучит дождь. Разговаривают дети. и т. д.).
- Различение звуков окружающей действительности (плач, крик, смех, пение, жужжание, стук, скрип, звон и т.д.).
- Подражание голосам и издаваемым звукам.
- Адекватное реагирование на звуковые сигналы.
- Выполнение ритмических упражнений (прохлопывание, простукивание).
- Формирование навыка слушания, формирование эмоционального отклика. Фиксирование взгляда на лице говорящего.
- Слежение за деятельностью учителя и окружающих, передвигающимися предметами.
- Различение наиболее распространенных цветов (красный, синий, желтый, зеленый, черный, белый).
- Восприятие и воспроизведение простейших комбинаций из фигур, палочек, бумажных полосок разного цвета.
- Профилактика и коррекция зрения.

## **2. Развитие общих речевых навыков**

- Формирование правильного речевого дыхания и длительного плавного выдоха.
- Развитие артикуляционной моторики.
- Развитие способности изменять голос по силе, высоте и тембру, используя игры – звукоподражания, диалоги, инсценировки.
- Обучение интонациям вопроса, удивления, радости, гнева («Ах!», «Ох!», «Ух!», «Эх!»).
- Формирование умения изменять темп и ритм речи («медленный – быстрый»); координация речи с движением.
- Развитие умения выражать эмоции с помощью мимики, жестов, движений.
- Развитие элементов интонационной выразительности речи в работе над звукоподражаниями и при рассказывании маленьких стишков и потешек вместе с учителем.

## **3. Развитие понимания обращенной речи**

- Реагирование на свое имя, название своего имени и одноклассников.
- Понимание «можно», «нельзя».
- Понимание и выполнение распоряжений, просьб, поручений.
- Действие по инструкции.
- Реагирование на понимание обращенной речи с помощью слов, жестов, мимики, движений, звукоподражаний.
- Выражение своих желаний в доступной звуковой или знаковой (жесты, пиктограммы и т.д.) форме.
- Реагирование на речь других людей.

## **4. Развитие разговорной речи**

- Показ и называние картинки.
- Соотнесение картинки и изображенного на ней предмета между собой.
- Выбор картинки по описанию.
- Расположение картинок к прочитанному в порядке следования.
- Развитие пассивного и активного словаря по изучаемым лексическим темам.
- Закрепление понимания слов, обозначающих части тела и лица человека, простейшие игровые и бытовые действия.
- Расширение представлений о ближайшем окружении.

- Формирование умения соотносить предметы, действия, признаки с их словесным обозначением.
- Обучение пониманию вопросов по предметной и сюжетной картинкам, вопросов по прочитанной сказке со зрительной опорой и ответов на них с использованием невербальных и вербальных средств общения.
- Формирование умения заканчивать фразу, договаривать слова в знакомых потешках, стихах, сказках.
- Развитие умения передавать содержание знакомой сказки, маленького рассказа по серии картинок с помощью учителя.
- Развитие умения составлять простые предложения из 2-3 слов (по демонстрации действия, по картинке, по вопросам учителя).
- Развитие умения составлять простые предложения из 2-3 слов (по демонстрации действия, по картинке, по вопросам учителя).
- Употребление предложений в утвердительной и отрицательной форме.
- Обучение пониманию предлогов и наречий, выражающих пространственные отношения (в, на, вверху, внизу, впереди, сзади).
- Заучивание маленьких стихотворений с опорой на картинки, мнемотаблицу с помощью учителя.
- Активизация подражательной речевой деятельности учащихся в форме любых звуковых проявлений.
- Драматизация сказок, рассказов, стихотворений.
- Участие в сюжетно – ролевых играх.
- Обучение элементарным формам этикета: здороваться, прощаться, используя мимику, жест, словесное обращение; обучение выражать свое состояние, болевые ощущения с помощью мимики, жестов, указывая на больное место.
- Формирование потребности общаться со взрослыми с помощью доступных неречевых и речевых средств.
- Обучение восприятию сверстников рядом, взаимодействовать с ними.

## **5. Формирование грамматического строя языка**

- Обучение образованию и использованию в речи форм единственного и множественного числа имен существительных в именительном падеже (кот - коты, дом - дома, книга - книги).
- Формирование умения согласовывать прилагательные и числительные один, два, три с существительным в именительном падеже: один жук, два мяча, три куклы, синий мяч.
- Формирование умения образовывать и использовать в речи родительный падеж имен существительных со значением отсутствия (Чего нет у кота? Хвоста).

## **6. Формирование навыка чтения**

- Знакомство со звуками и буквами.
- Соотнесение звука и буквы.
- Выделение первого звука и буквы в слогах и словах.
- Нахождение картинок, изображающие предметы на заданную букву.
- Определение наличия заданного звука на слух.
- Нахождение заданной буквы среди иных знаков.
- Узнавание пройденных букв с недостающими элементами; наложенных друг на друга букв; по контурному, пунктирному изображению, буквы перевернутые, перечеркнутые, «спрятанные» в предмете, по тактильному ощущению (с учетом возможностей детей).
- Нахождение изучаемых букв на карточках, вырезках из газет.
- Составление слогов и слов из букв разрезной азбуки по образцу, на слух; понимание их значения с опорой на реальные предметы и предметные картинки.

- Чтение слогов и слов.
- Выделение своего имени среди других.
- Выкладывание из букв собственного имени по образцу.
- Чтение учащимся коротких, простых по содержанию потешек, стихотворений, рассказов, сказок, сопровождая показом соответствующих игрушек, предметов, действий, картинок.
- Ежедневно использует важные для него цифровые инструменты.

#### **7. Развитие моторики, графомоторных навыков**

- Развитие мелкой моторики пальцев рук. Пальчиковая гимнастика.
- Развитие навыков владения письменными принадлежностями (карандашом, ручкой, фломастером, мелом.).
- Работа с мозаикой.
- Обводка по трафарету (внутреннему, внешнему), штриховка в разных направлениях, раскрашивание, не выходя за контур.
- Развитие координации движений руки и глаза (шнуровка, нанизывание и т. д.).
- Упражнения на синхронность обеих рук.
- Проведение прямых, наклонных, линий сверху вниз по пунктиру, по образцу, путем соединения двух точек.
- Проведение прямых, наклонных, линий слева направо по пунктиру, по образцу, путем соединения двух точек.
- Печатание букв по точкам, пунктиру.
- Конструирование букв из счетных палочек, полосок цветной бумаги, мозаики, ниток; лепка из пластилина.
- Нахождение букв на клавиатуре, печатание по образцу.

#### **8. Õuesõpe, õppekäigud ja kooliväline tegevus:**

- Õppekäigud koolihoones, tutvumine kooli ruumide ja töötajatega.
- Kooli territooriumi ja lähiümbrusega tutvumine.
- Õppekäigud loodusesse, et tutvuda aastaajaliste muutustega.
- Raamatukogutunnid koolis.
- Õuesõppetunnid (september, mai, juuni).
- Teatrietenduste külastamine.
- Osalemine koolipidudel.

## **Vene keele emakeelena õpitulemused I arengutaseme lõpuks**

### **Teema: Suulise kõne mõistmine**

#### **Õpilane:**

- eristab kõnet ja mittekõnelisi helisid;
- reageerib oma nimele ja tuttavatele lühikorraldustele, teab ja/või kasutab klassikaaslaste nimesid;
- orienteerub lähiümbruses sõnade/lihtsustatud viibete/alternatiivsete suhtlusvahendite toel;
- tunneb ära objekte, sündmusi ja tegevusi tähistavaid õpitud sümboleid, lihtsustatud viipeid ja sõnu, oskab neid suunamisel kasutada;
- osutab nimetamisel oma kehaosadele, tegevustes kasutatavatele esemetele ja tuttavatele inimestele;
- mõistab objektide vahelisi ruumisuhteid (all, peal, ees, taga, kõrval) ja neid väljendavaid keelendeid;
- mõistab seost objekt-pilt-sõna;
- kuulab kohaldatud lühiteksti, jälgib dramatiseeringut;

- orienteerub lähiümbruses sõnade, lihtsustatud viibete, piktogrammide, PCS piltide vms toel.

### **Teema: Eneseväljendus ja sõnavara**

Õpilane:

- annab märku oma soovidest ja vajadustest õpitud viisil;
- väljendab eitust ja jaatust;
- vastab arusaadavatele küsimustele 1–2 sõna või alternatiivse suhtlusvahendi abil;
- nimetab lähiümbruse esemeid, temale olulisi isikuid ja tegevusi verbaalselt või õpitud alternatiivsel viisil;
- tunneb ära ja nimetab mõningaid fotol või pildil kujutatud esemeid ja isikuid;
- nimetab üksikuid tuttavaid üldnimetusi verbaalselt või alternatiivse suhtlusvahendi abil;
- moodustab ja kasutab koos- või järelkõnes 2–3-sõnalist baaslauset;
- osaleb rütmisalmide lugemisel ja ringmängudes verbaalselt või alternatiivsel viisil;
- meeldetuletamisel tervitab, jätab hüvasti, palub, tänab verbaalselt või alternatiivsel viisil;
- tutvustab ennast, öeldes oma nime või kasutades alternatiivset suhtlusvahendit.

### **Teema: Lugemine**

Õpilane:

- loeb infot fotolt ja joonistatud pildilt;
- loeb PCS pilti, piktogrammi vms;
- loeb sümbolite abil päevakava, tegevuste järjekorda;
- eristab õpitud tähti teistest sümbolitest;
- tunneb sõnakuju järgi oma nime;
- loeb üksikuid õpitud sõnu terviksõnameetodil.

### **Teema: Kirjutamine**

Õpilane:

- eristab õpitud tähti teistest sümbolitest;
- teeb näidise järgi lihtsamaid kirja eelharjutusi;
- kasutab koostegEVuses enese väljendamiseks talle igapäevaselt olulisi digivahendeid.

## **Õpetamise eesmärgid**

### **II arengutase**

Õpilane:

1. Määrab heli suuna ruumis, sooritab helisignaali alusel toiminguid ja paneb kokku pilte erinevatest osadest ja lihtsaid puslesid.
2. Oskab kuulata kõnet, mõistab selle sisu, keskendub, häälestub vastuvõtmisele, reageerib mootorsete ja helisignaalidega.
3. Osaleb dialoogis, kasutades verbaalseid ja mitteverbaalseid suhtlusvahendeid.
4. Loeb mõtestatult ja õigesti õpitud tähtedest koosnevaid silpe, üksikuid sõnu ja lühikesi lauseid.
5. Mõistab loetu põhjal esitatud lihtsaid küsimusi, vastab neile pildile toetudes.
6. Viib kokku sõna ja pildi.
7. Täiendab oma aktiivset ja passiivset sõnavara omadus-, määr-, ees- ja asesõnadega.
8. Kasutab õigesti enamlevinud grammatilisi vorme.

9. Kirjutab eeskuju järgi oma nime trükitähtedega; teeb trükitähtedega silpidest ja sõnadest ära kirja.

## Õppesisu

### 1. Развитие слухового и зрительного восприятия

- Определение направления звука в пространстве (справа - слева; спереди - сзади).
- Выполнение действий по звуковому сигналу.
- Развитие слухомоторной координации.
- Различие звуков по длительности.
- Различение по голосу.
- Определение изменений в предъявленном ряду картинок, игрушек, предметов.
- Дифференцированное зрительное восприятие двух предметов: нахождение отличительных и общих признаков.
- Нахождение различий у двух сюжетных картинок.
- Различие наложенных изображений.
- Запоминание 3-4 предметов, игрушек и воспроизведение их в исходной последовательности.
- Нахождение лишней игрушки, картинки.
- Выделение нереальных элементов нелепых картинок.
- Составление картинки из разрезных частей, простых пазлов.
- Профилактика зрения. Гимнастика для глаз.

### 2. Развитие речи

- Расширение пассивного и активного словаря по изучаемым лексическим темам.
- Обогащение речи прилагательными, обозначающими цвет, свойства, величину.
- Обучение пониманию обобщающих понятий.
- Обучение узнаванию предметов по их назначению и словесному описанию.
- Описание предметов совместно с педагогом, используя опорные схемы.
- Рассказывание небольших рассказов, используя метод «рисуночного письма».
- Озвучивание действий, которые выполняет учитель, учащиеся.
- Активизация в речи личных местоимений, притяжательных местоимений (мой, наш, твой) и прилагательных (папин, мамин).
- Активизация в речи указательных наречий (вот, здесь, тут, там).
- Значение пространственных предлогов (выполнение различных поручений, отвечая на вопросы).
- Понимание смысла предложения.
- Дополнение предложения одним словом с опорой на картинку.
- Распространение предложения по наводящим вопросам, символам, картинкам, пиктограммам.
- Составление предложений из 2-4 слов по практическому действию, картинке, мнемодорожке, объединение их в небольшой рассказ.
- Развитие диалогической речи.
- Употребление в речи формулы приветствия, прощания, извинения, просьбы; сообщение о недомогании.
- Развитие эмоционально-выразительных жестов и мимики.
- Моделирование, инсценировки сказок и небольших рассказов.
- Называние своего имени, фамилии, возраста; узнавание и называние домашнего адреса (с помощью).

### 3. Формирование и совершенствование грамматического строя речи

- Закрепление умения образовывать и использовать в речи формы единственного и множественного числа имен существительных в именительном падеже.
- Формирование умения согласовывать прилагательные и числительные с существительным в именительном падеже.
- Обучение дифференциации форм единственного и множественного числа глаголов (спит - спят).
- Обучение образованию и использованию существительных с уменьшительно-ласкательными суффиксами.
- Обучение согласованию притяжательных местоимений с существительными (моя книжка, мой мяч).
- Обучение различию существительных, сходных по звучанию.
- Обучение различению глаголов и прилагательных, противоположных по значению.

#### **4. Чтение**

- Упражнение в правильном произношении звуков.
- Развитие артикуляционной моторики.
- Соотнесение звука и буквы.
- Определение наличия заданного звука на слух.
- Определение местонахождения звука в слове (начало, середина, конец)
- Составление слогов и слов из букв разрезной азбуки, чтение.
- Составление слов из данных букв с опорой на картинку, образец.
- Соотнесение первого слога и картинки.
- Обучение осмысленному, правильному чтению отдельных слов, коротких предложений.
- Соотнесение слова и картинки (глобальное чтение).
- Чтение текстов с картинками (« как бы чтение»).
- Слушание сказок и произведений детских авторов.
- Понимание вопросов по предметной и сюжетной картинкам, вопросов по прочитанной сказке со зрительной опорой и ответов на них с использованием невербальных и вербальных средств общения.
- Подбор картинок к прочитанному тексту.
- Пересказывание совместно с педагогом небольших сказок, рассказов по вопросам и картинкам (ребенок может добавлять отдельные слоги, слова, предложения).
- Побуждение учащихся к высказываниям того, что они видели.
- знает, как использовать знакомые цифровые инструменты при управлении учебной деятельностью и находится под руководством
- о безопасном использовании Интернета

#### **5. Развитие моторики, графомоторных навыков.**

- Развитие мелкой моторики пальцев рук. Пальчиковая гимнастика.
- Развитие навыков владения письменными принадлежностями (карандашом, ручкой, фломастером, мелом.).
- Обводка по трафарету (внутреннему, внешнему), штриховка в разных направлениях, раскрашивание, не выходя за контур.  
Развитие координации движений руки и глаза (шнуровка, нанизывание и т. д.).
- Упражнения на синхронность обеих рук.
- Печатание букв по точкам, пунктиру.
- Конструирование букв из счетных палочек, полосок цветной бумаги, мозаики, ниток; лепка из пластилина.
- Нахождение букв на клавиатуре, печатание букв, слогов, слов по образцу.
- Печатание своего имени по образцу.
- Списывание слов, слогов с печатного текста.

## **6. Õuesõpe, õppekäigud ja kooliväline tegevus**

- Õppekäigud loodusesse aastaajaliste muutuste vaatlemiseks.
- Tutvumine lähiümbrusega (kauplused ja asutused), siltide ja tähiste lugemine.
- Õppekäigud koolihoones: kabinettide, treppide, sisse- ja väljapääsude siltide, hoiatus- ja teabemärkidega tutvumine.
- Näituste, laatade ja muuseumide külastamine.
- Linnaosade raamatukogudega tutvumine.
- Õuesõppetunnid (september, mai, juuni).
- Teaterietenduste külastamine.
- Koolipidudel osalemine.

## **Vene keele emakeelena õpitulemused II arengutaseme lõpuks**

### **Teema: Suulise kõne mõistmine**

Õpilane:

1. kuulab ja jälgib kaaslaste ja õpetaja igapäevast kõnet;
2. täidab üheosalisi korraldusi;
3. mõistab õpitud märkide, sümbolite, sõnade ja lausete tähendust ja kasutab neid igapäevases suhtluses;
4. mõistab seoseid objekt-pilt-keeleüksus;
5. leiab eseme asukoha kirjelduse järgi;
6. mõistab kohaldatud lühiteksti sisu;
7. mõistab tuttavate objektide ja sündmuste tüüpilisi ja juhuslikke tunnuseid, neid väljendavaid keelendeid;
8. mõistab lihtlauset.

### **Teema: Eneseväljendus ja sõnavara**

Õpilane:

1. annab märku oma soovidest ja vajadustest õpitud viisil;
2. väljendab eitust ja jaatust;
3. vastab arusaadavatele küsimustele 1–2 sõna või alternatiivse suhtlusvahendi abil;
4. nimetab lähiümbruse esemeid, temale olulisi isikuid ja tegevusi verbaalselt või õpitud alternatiivsel viisil;
5. tunneb ära ja nimetab mõningaid fotol või pildil kujutatud esemeid ja isikuid;
6. nimetab üksikuid tuttavaid üldnimetusi verbaalselt või alternatiivse suhtlusvahendi abil;
7. moodustab ja kasutab koos- või järelkõnes 2–3-sõnalist baaslauset;
8. osaleb rütmisalmide lugemisel ja ringmängudes verbaalselt või alternatiivsel viisil;
9. meeldetuletamisel tervitab, jätab hüvasti, palub, tänab verbaalselt või alternatiivsel viisil;
10. tutvustab ennast, öeldes oma nime või kasutades alternatiivset suhtlusvahendit.

### **Teema: Lugemine**

Õpilane:

1. loeb tegevuspilti;
2. loeb piltskeemi;
3. kuuleb ja eristab häälikut häälikute reas ja sõnas;
4. häälib õpetaja abiga lihtsa silbistruktuuriga sõnu;
5. tunneb joonistähti;
6. loeb veerides lihtsa häälikustruktuuriga 1–2-silbilisi sõnu ja lühilauseid.

### **Teema: Kirjutamine**

Õpilane:

1. tunneb ja kirjutab joonistähti;
2. kirjutab lühikesi õpitud sõnu, sh oma nime;
3. teeb tähthaaval ära kirja;
4. oskab õppetegevustes suunamisel kasutada tuttavaid digivahendeid ja tuleb koostevuses toime ohutu internetikasutusega.

## Õpetamise eesmärgid

### III arengutase

Õpilane:

1. Kinnistab häälikute ja sõnade õiget hääldust kõnes.
2. Mõistab, koostab ja kasutab kõnes liht- ja laiendatud lihtlauset.
3. Loeb lühikesi sõnu ja lauseid.
4. Täiendab aktiivset ja passiivset sõnavara.
5. Väljendab oma mõtteid õigesti ja loogiliselt.
6. Koostab piltide ja suunavate küsimuste abi lühijutukest.
7. Õpib pähe lühikesi luuletusi.
8. Oskab iseseisvalt otsida massimeediast teavet ja selle sisu õigesti ja lühidalt edastada.
9. Räägib oma ja teiste tegemistest.
10. Räägib, mis toimus eile, mis toimub täna ja homme.
11. Kasutab kõnes õigesti õpitud grammatilisi vorme.
12. Tunneb eakaaslaste ja täiskasvanutega suhtlemise reegleid ja kasutab neid aktiivselt.
13. Kasutab kõneetiketi norme.
14. Kirjutab trükitähtedega oma ees- ja perekonnanime ning koduse aadressi. Kirjutab ära kirjas trükitähtedega sõnu ja lühilauseid.
15. Omab elementaarseid arvutioskusi.

### Õppesisu:

#### 1. Развитие связной речи

- Расширение, уточнение и активизация словаря по лексическим темам.
- Закрепление понимания и использования в речи обобщающих слов.
- Обогащение речи прилагательными, обозначающими признаки и качества предметов (любимый, родной, красивый, веселый, злой и т.д.).
- Составление предложений из трех-пяти слов по демонстрируемому действию, предметной/сюжетной картинке, вопросам педагога. Объединение 3-4 предложений в небольшой рассказ.
- Составление предложений из слов, данных в нужной форме вразбивку.
- Распространение предложения по вопросам.
- Рассказывание о своей учебной деятельности.
- Рассказывание о прошедшем вчера, раньше и о том, что будут делать завтра.
- Развитие умения обсуждать увиденное, услышанное, рассказывать о переживаниях, впечатлениях.
- Развитие умения составлять рассказы-описания, загадки-описания с помощью, опираясь на схему.
- Развитие умения спросить о чем-либо, попросить что-либо, сообщить о недомогании, поздравить с праздником, поблагодарить за угощение, извиниться, попросить о помощи.
- Развивать умение устанавливать причинно-следственные связи между явлениями.
- Развитие диалогической речи.
- Дальнейшее развитие интонационной выразительности речи.

- Использование в речи усвоенных временных понятий (вчера, сегодня, завтра, давно, недавно, быстро, долго, часто, сейчас).
- Развитие умения получать информацию из средств массовой информации и кратко ее передавать, находить в программах телевидения любимые передачи, фильмы и время просмотра; читать технологические карты, фото-рецепты.
- Поздравляет по случаю дня рождения, праздников, события

## **2. Формирование и совершенствование грамматического строя речи**

- Обучение образованию и использованию в речи форм родительного, дательного, винительного творительного, предложного падежей имен существительных-
- Закрепление умения образовывать и использовать в речи глаголы настоящего времени.
- Обучение дифференциации и употреблению глаголов прошедшего времени в роде и числе (упал, упала, упали).
- Закрепление умения правильно употреблять в речи простые и сложные предлоги.
- Закрепление понимания пространственных отношений предметов, выраженных предлогами и наречиями.
- Правильное согласование прилагательных, числительных, глаголов с существительными.
- Подбор признаков к предмету, называние предмета по заданным признакам.
- Подбор слов- действий к предметам, подбор предметов к действию.
- Дифференциация глаголов и прилагательных, противоположных по значению.

## **3. Чтение**

- Правильное произношение звуков, слов.
- Составление из букв слогов и слов. Подбор недостающей буквы.
- Чтение слов, предложений, коротких текстов с помощью и самостоятельно и понимание их.
- Составление своего имени, фамилии, домашнего адреса.
- Слушание рассказа, сказки, стихотворения, загадки.
- Ответы на вопросы по содержанию, выбор иллюстраций к тексту, рассказывание с помощью наводящих вопросов, картинок, выделение положительных /отрицательных качеств героев.
- Определение последовательности событий в рассказе, последовательности расположения иллюстраций.
- Заучивание наизусть стихотворений, поговорок, загадок.

## **Сформированность навыков функционального чтения**

- Устанавливает истинность/ложность информации по отношению к содержанию текста.
- Подбирает пословицу, из предложенных вариантов к тексту.
- Заполняет таблицу на основе прочитанного.
- Дополняет таблицу/схему на основе прочитанного.

## **Различные виды записи информации**

- Диаграммы.
- Таблицы.
- Схемы.
- Читает диаграммы, делает выводы.
- Работает с таблицами.
- Переводит информацию из диаграммы, таблицы в текст.

- Переводит информацию из текста в диаграммы и таблицы.

#### **Работа с газетой**

- Находит нужную страницу.
- Определяет содержание текста по: заглавию, рисунку, фотографии.
- Находит информацию на заданную тему, опираясь на фотографии.
- Пересказывает прослушанную информацию.
- Дополняет прослушанную информацию сведениями из своего личного опыта, знаниями.

#### **Работа с театральной программой**

- Читает название театра.
- Репертуар театра.

#### **Чтение афиши**

- Название театра.
- Название представления.
- Узнает название представления по картинкам.
- Называет героев представления по картинкам.

#### **Чтение меню в школьной столовой/ ученическом кафе**

- Делает выбор в соответствии с желаниями

#### **Работа с рекламой**

- Читает или смотрит рекламы.
- Отличает честную рекламу от нечестной на примерах.
- Рекламирует предложенный или выбранный товар по образцу.
- Вычленяет основную информацию из объявлений по радио/ ТВ, афиш о предстоящем мероприятии и месте его проведения.
- максимально безопасно использует привычные цифровые инструменты, интернет-поиск и социальные сети;
- может читать и отправлять простые сообщения электронной почты.

#### **4. Письмо**

- Ориентирование в тетради.
- Закрепление навыков письма: печатные буквы, (письменные буквы по возможности).
- Списывание слогов, слов, коротких предложений с печатного текста (по образцу, самостоятельно).
- Написание своего имени, фамилии, адреса.
- Ознакомление с некоторыми правилами правописания: отдельное написание слов в предложении; употребление прописной буквы в начале предложения и в именах собственных; точка в конце предложения.
- Нахождение букв на клавиатуре.
- Печатание по образцу, на слух.
- Ставит подпись
- Подписывает поздравительную открытку по образцу.
- Заполняет простую анкету о себе

#### **5. Õuesõpe, õppekäigud ja kooliväline tegevus**

- Õppekäigud erinevatesse asutustesse (apteek, kauplus, turg, postkontor, pank jne).
- Näituste, laatade ja muuseumide külastamine.
- Linnaosaraamatukogude külastamine.

- Õuesõppetunnid (september, mai, juuni).
- Teatrietenduste külastamine.
- Koolipidudel osalemine.

## Vene keele emakeelena õpitulemused III arengutaseme lõpuks

### Teema: Suulise kõne mõistmine

Õpilane:

1. mõistab igapäevakõnet;
2. mõistab ja täidab kaheosalisi/kolmeosalisi korraldusi;
3. tunneb kirjelduse järgi ära tuttavad objektid, sündmused;
4. mõistab igapäevaelu suhtlussituatsioonides kasutusel olevate märkide, sümbolite, sõnade ja lausete tähendust ja kasutab neid;
5. mõistab seoseid objekt-pilt-skeem-keeleüksus;
6. mõistab igapäevaseid põhjus - tagajärg seoseid;
7. mõistab suulist/kirjalikku kohaldatud teksti;
8. mõistab laiendatud lihtlauset;
9. seostab tuttavat verbaalset ja mitteverbaalset infot;
10. mõistab mõnda enamlevinud võõrsõna.

### Teema: Eneseväljendus ja sõnavara

Õpilane:

1. kasutab elulistes olukordades vajalikku põhisõnavara;
2. alustab dialoogi ja suudab selles lühiajaliselt püsida;
3. kirjeldab tuttavaid esemeid, inimesi, sündmusi õpitud viisil;
4. kasutab õpitud üldnimetusi;
5. kommenteerib oma tegevuse tulemust õpitud viisil;
6. väljendab enda kogetud emotsioone;
7. mõistab, koostab ja kasutab oma kõnes laiendatud lihtlauset;
8. jätab meelde ja edastab lühiteate;
9. annab verbaalselt või alternatiivselt viisil edasi lühijutu sisu;
10. teab peast õpitud luuletusi;
11. kasutab viisakusväljendeid enamlevinud suhtlussituatsioonides õpitud viisil;
12. oskab nimetada olulisi andmeid enda kohta;
13. annab kuuldu teksti sisu edasi täiskasvanu suunavate küsimuste abil;
14. jutustab nähtust, tehtust ja möödunud sündmustest pildi või kogemuse põhjal.

### Teema: Lugemine

Õpilane:

1. eristab erinevaid häälikuid ja nende järjekorda lihtsa silbistruktuuriga sõnades;
2. häälib iseseisvalt lihtsa silbistruktuuriga sõnu;
3. tunneb kirjatähti;
4. loeb erineva pikkusega lihtsa silbistruktuuriga sõnu ja lühilauseid;
5. leiab abiga vajalikku infot jõukohaseks kohandatud retseptist, telekavast jms;
6. oskab lugeda lihtsaid teabetekste, e-kirju jms.

### Teema: Kirjutamine

Õpilane:

1. eristab kuulmise teel ja märgib abiga lühikest ja ülipikka (täis)häälikut;
2. tunneb ja kirjutab kirjatähti;
3. kirjutab iseseisvalt sõnu, sõnaühendeid ja lühilauseid;
4. sooritab ära kirja sõna, sõnaühendi või lühikese lause kaupa;

5. kirjutab oma allkirja;
6. kasutab võimalikult ohutult tuttavaid digivahendeid, internetiotsingut ja sotsiaalmeediat;
7. oskab kirjutada ja saata lihtsaid e-kirju.

# ELU- JA TOIMETULEKUÕPE

## 1. Elu- ja toimetulekuõppe aine õppetegevuse kirjeldus ja õpetuse eesmärgid

Elu- ja toimetulekuõppe eesmärk on õpilaste kehaline, vaimne, sotsiaalne ja emotsionaalne areng.

Elu- ja toimetulekuõppes käsitletavat teemat on seotud õpilase igapäevaeluga koolis, kodus ja ümbritsevas keskkonnas. Need teemad moodustavad õppetöö telje ja on ainetevahelise lõimingu aluseks. Õppimine ja harjutamine toimub võimalikult reaalses keskkonnas ja elulistes olukordades.

Õpilasi suunatakse võimalikult aktiivselt tegevustes osalema ja omandatud oskusi erinevates olukordades ja tegevustes kasutama.

Õpilasi kaasatakse võimalikult palju tegevuste kavandamisesse, suunatakse tegema valikuid ja oma tegevust kommenteerima. Õpetamisel kasutatakse õppemänge, igapäevaelu esemeid ja igapäevaelu nähtuseid ning nüüdisaegseid infotehnoloogilisi vahendeid. Õpetamisel arvestatakse konkreetse õpilase lähimat arenguvalda, huve, sotsiaalses keskkonda.

Õpetus toetab ja suunab õpilase arengut ning võimalikult iseseisvat toimetulekut ja osalemist kodanikuühiskonnas, kus on tagatud sotsiaalne kaitse ja juhendamine.

Õppe tulemusena kujuneb õpilasel:

- positiivne minapilt,
- ümbritseva keskkonna võimalikult adekvaatne mõistmine,
- eetiline käitumine,
- algatusvõime,
- esmased tööoskused ja -harjumused,
- kehaline aktiivsus
- arusaamine tervise hoidmise tähtsusest,
- mängu-, õpi-, eneseteenindus- ja sotsiaalsed oskused ning
- teadmised iseendast ja oma kehast.

## 2. Üldpädevuste kujundamine elu- ja toimetulekuõppe aines

Toimetulekuõppes käsitatakse pädevust kui võimetekohaste teadmiste, oskuste ja hoiakute kogumit, mis tagab suutlikkuse teatud tegevusalal või valdkonnas toime tulla.

Elu- ja toimetulekuõppe aine õpetamine toetab õpilastel õppekava läbivate taotletavate kohandatud üldpädevuste kujunemist.

Elu- ja toimetulekuõppe aines käsitletavat teemat on seotud õpilase igapäevaeluga. Õppimine toimub reaalses elulistes olukordades praktilise tegevuse läbi.

Elu- ja toimetulekuõppe soovituslikus ainekavas on õpitulemuste saavutamiseks kirjeldatud järgmisi teemavaldkondi ja neist lähtuvaid alateemasid:

- **Minapilt.** Mina. Inimese organism. Tervislikud eluviisid. Emotsioonid. Sõprus. Perekond. Kodu. Eestimaa, eesti keel, eesti rahvus ja kombed. Erinevad rahvused ja rassid. Ametid ja tööharjumus. Raha. Raha otstarve ja kasutamine. Eelarve ja kokkuhoid.

- **Eneseteenindusoskused ja käitumine.** Igapäevaoskused. Söömine. Käitumine. Hoiatus- ja teabemärgid, nende tähenduse mõistmine.
- **Kool.** Kool. Koolitarbed.
- **Vaba aeg.** Mänguõpetus. Erinevad vaba aja veetmise võimalused. Sport.
- **Aeg.** Ajajaotus. Aastaajad. Kalender. Kell. Vana aja lood.
- **Elus ja eluta loodus.** Elusloodus. Eluta loodus. Keskkonnakaitse.
- **Maateadus.** Elukoht. Eestimaa. Pinnavormid. Ilmakaared. Plaan, maakaart, gloobus. Maailmaruum.
- **Ohutus.** Liiklus. Ohutusnõuete täitmine.

Loetletud teemavaldkondade ja alateemade lõimitud käsitlemise kaudu elulis-praktilistes olukordades ja klassikalises õppesituatsioonis kujunevad õpilastel õppekava läbivad üldpädevused.

### **Kultuuri- ja väärtuspädevus**

Elu- ja toimetulekuõppe aines käsitletavate teemade ja praktilise tegevuse kaudu hakkavad õpilased tajuma ennast ja ümbritsevat keskkonda. Minapildi kujundamisega suunatud tegutsemise kaudu kujuneb õpilastel arusaamine iseendast ja ümbritsevatest inimestest. Õpilased hakkavad tunnetama end perekonna, klassi, kooli ja laiemalt ühiskonna liikmena. Olulisel kohal on rahvakalendri tähtpäevade tähistamine aastaringis, mille läbi saavad õpilased ettekujutuse eesti kultuurile omastest traditsioonidest ja kommetest ning õpivad neid juhendamisel järgima. Õpilased saavad õppetegevuses, ühisüritustel, õppekäikudel jms osaledes ettekujutuse, et inimesed võivad olla erinevad, sh erinevatest rahvustest ja rääkida erinevates keeltes.

Vahetu kogemuse kaudu õpivad õpilased aktsepteerima nii enda kui teiste erisusi. Erinevate elu- ja toimetulekuõppe teemade lõimimise tulemusel (käitumine, sõprus, ohutus jms) õpivad õpilased käituma vastavalt üldtunnustatud väärtustele ja kõlbluspõhimõtetele.

### **Sotsiaalne ja kodanikupädevus**

Elu- ja toimetulekuõppe aines on olulisel kohal mänguõpetus, õppimine praktilise tegevuse kaudu, lihtsate jõukohaste tööskuste ja tööharjumuse kujundamine. Ühiselt tegutsedes õpivad õpilased arvestama enda isiklikke huvisid ja rühma kui terviku huvisid. Elulistest olukordades õpivad õpilased esialgu suunatult ning seejärel

### **Enesemääratluspädevus**

Ühises mängus, rühmatöodes, õppekäikudel jms kujuneb õpilastel arusaamine iseendast ja kaaslastest. Õppides mõistma ja aktsepteerima enda ja kaaslaste eripära kujuneb õpilastel positiivne suhtumine iseendasse ja kaaslastesse, samuti enda perekonda, klassi, kooli, kodumaasse. Õpilased õpivad tundma erinevaid ohtusid vahetu kogemuse läbi, nt tänaval liigeldes õpivad peatuma punase fooritule ees, pesu triikides saavad aru, et kuum triikraud on ohtlik jms. Erinevaid hoiatusmärke tundma õppides õpivad õpilased hoiduma ohuolukordadest, nt hoiatusmärk elektrikilbil jms. Rollimängude ja praktiliste eluliste olukordade lahendamise kaudu õpivad õpilased märkama enda ja kaaslaste abivajadust, abi küsima ja seda pakkuma. Õpilasi suunatakse valima erinevate vaba aja tegevuste vahel, kusjuures olulisel kohal on sportlikud tegevused, tervislik toitumine ja vaimne tasakaal.

### **Õpipädevus**

Elu- ja toimetulekuõppe aine seisukohalt on oluline, et õpilased saaksid uusi elulisi kogemusi ja teadmisi iseendast ja ümbritsevast maailmast praktiliselt tegutsedes elulistest olukordades. Olulisel kohal on õpilaste kaasamine õppeprotsessis valikute tegemisse. Koostegevuses õpivad õpilased kavandama ja suunama nii enda õpi- kui lihtsa töö tegemise oskusi. Õpilasi

suunatakse järjest iseseisvamalt täitma jõukohaseid õpiülesandeid ning teostama suunamisel enesekontrolli.

### **Suhtluspädevus**

Suhtluspädevuse arengut toetavad eelkõige igapäevased elulised suhtlussituatsioonid, mis on toimetulekuõppel koolipäeva lahutamatuks osaks. Õpilaste kõne ja /või alternatiivsete väljendusvahendite mõistmise ning oma soovide ja seisukohtade väljendamise arendamiseks saab kasutada näiteks suunatud mänguõpetust. Samuti on võimalik eneseteenindusoskuste õpetamise juures suunata lapsi abi küsima ja abi pakkuma. Erinevate elu- ja toimetulekuõppe teemade käsitlemise juures on oluline suunata õpilasi rääkima enda kogemustest antud teemaga seonduvalt, julgustada neid küsima küsimusi ja avaldama oma mõtteid. Õpilaste suhtlusakte tuleb positiivselt toetada ning suunata neid üha enam elu- ja toimetulekuõppe teemakäsitluste raames vestlustes osalema.

### **Matemaatika-, loodusteaduste ja tehnoloogiaalane pädevus**

Elu- ja toimetulekuõppe aine raames õpivad õpilased tundma elus ja eluta looduse erinevusi. Õpilased õpivad hoolitsema taimede eest klassiruumis, kooliaias ja õppekäikude ning praktilise tööharjutuse raames. Küllastades talusid, loomafarme, loomaaeda, muuseume tutvuvad õpilased erinevate loomaliikidega. Praktiliste näidete abil saavad õpilased aru looduse hoidmise vajalikkusest, suhtuvad heatahtlikult loomadesse ja taimedesse ning käituvad suunamisel keskkonnateadlikult. Õpilased õpivad orienteeruma ajas. Õpilasi suunatakse märkama aja kulgu ning kasutama kalendrit ja kella enda igapäevategevuste planeerimisel.

### **Ettevõtlikkuspädevus**

Elu- ja toimetulekuõppe aine erinevate teemade käsitlemine toimub elulistes olukordades praktiliselt tegutsedes. Õpilased tunnetavad jõukohases praktilises tegevuses osaledes eduelamust. Õpilaste huvidest ja elulistest vajadustest lähtuvad teemakäsitlused innustavad neid tegutsema ning suunavad ka iseseisvalt ümbritsevat keskkonda avastama ning seeläbi jätkuvalt omandatud oskusi ja teadmisi uutesse olukordadesse üle kandma ja õpitut kinnistama.

### **Digipädevus**

Elu- ja toimetulekuõppe aine õppimisel kasutatakse õpilastele arusaadavaid ja jõukohaseid infotehnoloogilisi vahendeid. Ohutuse teema raames käsitletakse õpilastele mõistetavalt turvalist tegutsemist infotehnoloogilises ruumis. Igapäevase õppetegevuse osana suhtlemisvõimaluste loomiseks kasutatakse vajadusel õpilase arengutasemele vastavat kommunikaatorit.

## **3. Elu- ja toimetulekuõppe aine lõiming õppekava läbivate teemadega**

Õppekava läbivad teemad on üld- ja valdkonnapädevuste ning erinevate õppeainete lõimingu vahendiks. Õppekava läbivaid teemasid arvestatakse toimetulekuõppel oleva õpilase eripärasid arvestava ning toimetulekuõppe metoodikast lähtuva kohandatud õppimist ja arengut toetava koolikeskkonna loomisel. Läbivad teemad on aineülesed ja käsitlevad ühiskonnas olulisi valdkondi, mis läbi kujuneb õpilasel ettekujutus ühiskonna kui terviku toimimisest ning arengust. Õpilasel kujuneb oskus vastavalt oma võimetele omandatud oskusi ja teadmisi elulis-praktilistes olukordades rakendada. Õppekava läbivad teemade käsitlemine toimub kõikides elu- ja toimetulekuõppe aine teemavaldkondades.

## **Elukestev õpe ja karjääri kujundamine**

Jõukohase ja huvipakkuva mängulise ja elulis-praktilise tegevuse kaudu toetatakse õpilaste huvi kujunemist ümbritseva keskkonna esemete, nähtuste ja tegevuste vastu. Õpilastel kujuneb positiivne suhtumine ümbritsevasse keskkonda ja inimestesse. Tekib positiivne hoiak õppimisse ja kujunevad õpi- ja lihtsa töö tegemise oskused. Elu- ja toimetulekuõppe aine raames tutvutakse erinevate tegevusalade ja elukutsetega. Õppekäikudel tutvuvad õpilased erinevate jõukohaste ametitega, päevakeskustega, toetatud elamise võimalustega jms. Õpilasi suunatakse tajuma ja mõistma enda oskusi ning võimeid. Koostegevuses õpilasega toimub tema karjääri edasine planeerimine.

## **Keskkond ja jätkusuutlik areng**

Teema käsitlemine toimub iga õpilase isiklikele kogemustele tuginedes. Praktilise tegevuse ja õppekäikude läbi kogevad õpilased elulistes olukordades vahetult loodust ja igapäevaelu nähtusi. Olulisel kohal on õuesõppetunnid. Õpilased tutvuvad elus ja eluta loodusega ning inimtekkelise keskkonnaga. Õpilastele mõistetavatest olukordadest lähtuvalt tutvustatakse loodushoiu ja keskkonna säästliku ning jätkusuutliku inimtegevuse põhimõtteid. Õpilased õpivad mõistma enda rolli ümbritsevas keskkonnas ning saavad praktilise tegevuse kaudu vastavalt võimetele aru, kuidas saab enda käitumise ja tegevusega mõjutada keskkonnaressursside kasutamist.

## **Kodanikualgatus ja ettevõtlikkus**

Kesksel kohal on adekvaatse minapildi kujunemine. Õpilased õpivad teadvustama enda rolli perekonnas, klassi- ja koolikaaslaste hulgas ja laiemalt ühiskonnas. Erinevate elu- ja toimetulekuõppe teemakäsitluste kaudu õpivad õpilased aru saama sõprussuhetest. Mängulises tegevuses omandavad õpilased oskused kaaslaste kõrval ja kaaslasega koos tegutsemiseks ning esmased koostööoskused. Oluline on kaasata õpilasi nende elu-, mängu-, õpi- ja töökeskkonda puudutavatesse valikute tegemisse. Kesksel kohal elu- ja toimetulekuõppe aines on koostöö ja ühiste otsuste tegemise kogemuse saamine näiteks suunatud paaristööd või rühmatööd tehes. Õppetöö osana osaletakse kogukonna üritustel, nt heakorratalgutel, kultuurisündmustel nii osalejate kui pealtvaatajatena jms.

## **Kultuuriline identiteet**

Kultuuriline identiteet kujuneb õpilastel kodu, kooli ja laiemalt ühiskonna pidevas koostöös. Elu- ja toimetulekuõppe aines tutvuvad õpilased Eestimaa, eesti keele ja rahvuse ning kultuuripärandiga. Õpilased õpivad märkama ja aktsepteerima erinevast rahvusest ja rassist kaaslasti enda ümber. Õpilased tutvuvad lisaks enda kultuurikeskkonnale ka kaaslaste omaga ning õpivad huviga ja avatult suhtuma rahvuslikesse ja kultuurilistesse erinevustesse. Olulisel kohal õppetegevuses on osalemine erinevatel kultuurisündmustel nii osavõtjate kui külastajatena, kohtumised teiste kultuuride esindajatega nt spordivõistlustel, õppetööd toetavate projektide raames jms. Õpilastel kujuneb positiivne suhtumine uude ja erinevasse.

## **Teabekeskkond ja meediakasutus**

Igapäevaste tegevuste kaudu ja õppekäikudel suunatakse õpilasi leidma ja mõtestama ümbritsevas keskkonnas olevat eelkõige visuaalselt esitatud teavet. Õpilased õpivad igapäevategevustes, õpi- ja lihtsates tööülesannetes orienteerumisel ja nende sooritamisel kasutama keskkonnas olevat piltide, siltide, märksõnadena, skeemidena vms esitatud teavet. Õpilasi suunatakse mõtestatult kasutama vaba aja veetmise võimalusena erinevaid meediakanaleid: televisiooni, ajakirjandust jms. Ohutusega seonduvate teemade raames käsitletakse õpilaste kogemusväljaga ühtivaid ja arusaadavaid meediakasutusega seonduvaid ohte.

## **Tehnoloogia ja innovatsioon**

Kõikide elu- ja toimetulekuõppe aine teemavaldkondade käsitlemise raames saab õpetaja kasutada õppetegevuse mitmekesistamiseks erinevaid digikeskkondi ja rakendusi. Õpilasi saab suunata mänguliste tegevuste ja õppimise kaudu kasutama arengule vastavaid jõukohaseid digivahendeid. Kui õpilane kasutab verbaalset kõnet toetavat või asendavat digivahendit tuleb õpilast suunata seda järjepidevalt kasutama nii õppetegevuses kui igapäevasel suhtlemisel. Kasutusel olevat AAC vahendit tuleb tutvustada kõikidele õpilasega tegelevatele täiskasvanutele ja kaasõpilastele (vt AAC vahendite kasutamine).

## **Tervis ja ohutus**

Elu- ja toimetulekuõppe aine teemade hulgas on olulisel kohal õpilaste mina sportimist kui vaba aja veetmise võimalust. Õpilasi suunatakse näitlike elulist sportimise võimalusi nii iseseisvalt kodus kui avalikel spordiväljakutel ning treeningute raames. Ohutuse teemat saab käsitleda läbivalt erinevate elu- ja toimetulekuõppe teemavaldkondade raames kujundades õpilastel teadmised ja oskused ohtudest hoidumiseks ning enda ja teiste abivajaduse märkamiseks ning abi kutsumiseks.

## **Väärtused ja kõlblus**

Toimetulekuõppes on õpilaste õpimotivatsiooni tõstmise seisukohalt määrava tähtsusega õpilase ja õpetaja positiivne ühistegevus. Õpilased õpivad tundma iseennast, enda tugevusi ja nõrkusi. Õpetaja jt täiskasvanute eeskujul kujuneb positiivne suhtumine iseendasse, kaaslastesse ja laiemalt ümbritsevasse keskkonda, sh looduskeskkonda. Erinevate elu- ja toimetulekuõppe teemakäsitluste läbi omandavad õpilased aktsepteeritavad väärtushinnangud ning käitumismallid. Õppimine toimub elulistes olukordades, rollimängude, dramatiseeringute läbi. Õpilastega külastatakse teatrietendusi ja vaadatakse filme, mida hiljem koos analüüsitakse.

## **4. Elu- ja toimetulekuõppe aine lõiming teiste õppeainetega**

Elu- ja toimetulekuõppe on toimetulekuõppes üldõpetuse teljeks. Üldõpetus muudab õppe- ja kasvatustegevuse elulähedasemaks ning toetab seoste kujunemist erinevate valdkondade vahel, toetades omandatud oskuste ja teadmiste ülekandmist igapäevasesse ellu.

Üldõpetuse puhul esitatakse õppematerjal erinevaid õppeaineid lõimides kompleksteemade kaupa (vt Toimetulekuõppe põhimõtted).

Lapse elust, huvidest ja ümbritsevast keskkonnast tulenev temaatika seob õppe- ja kasvatustegevuse tervikuks. Teiste ainete õpetamine on tihedalt seotud elu- ja toimetulekuõppe teemadega. Soovitav on õpetus temaatiliselt planeerida ning siduda teiste õppeainete sisu elu- ja toimetulekuõppe õppetsükli teemaga. Temaatilise planeerimise puhul toimub õppetöö õppetsükliina teatud perioodi jooksul kindla teema raames. Eri valdkondadesse kuuluvaid teadmisi ja oskusi kujundatakse sama teemat käsitledes paralleelselt kõikides õppeainetes. Õpet traditsioonilise ainetunnina ei korraldata, vaid keskendutakse ainekavades märgitud tegevustele ja teemadele.

Õppetööd võib kavandada projektipõhise õppena (vt Tegevusele suunatud õpetus. Projektipõhine õpe).

## **Elu- ja toimetulekuõppe ja emakeel**

Elu- ja toimetulekuõppe aine teemade käsitlemisel ja praktilises tegevuses kasutab õpetaja õpilaste kõnest arusaamise tasemele vastavaid verbaalseid ja alternatiivseid suhtlusvahendeid. Õpilasi suunatakse aktiivselt kasutama olemasolevaid verbaalseid ja/või alternatiivseid suhtlusvahendeid, vajadusel verbaliseerib õpetaja õpilaste tegevust. Laiendatakse käsitletavate teemavaldkondade kaupa õpilaste passiivset ja aktiivset

sõnavara. Õpilasi suunatakse osalema loomulikes suhtlussituatsioonides, küsima küsimusi ja avaldama oma arvamust. Õpilased loevad teemakohaseid piltide, sümbolite, skeemide või tekstina esitatud õppetekste, otsivad suunamisel infot erinevatest allikatest: töölehed, arengule vastavad raamatud, internet vms.

### **Elu- ja toimetulekuõpe ja matemaatika**

Elu- ja toimetulekuõppe ja matemaatika teemavaldkonnad on tihedalt omavahel lõimunud. Elu- ja toimetulekuõppe aines käsitletavad teemad toetavad õpilaste elulis-praktiliste oskuste omandamist igapäevastes olukordades ning on aluseks eluliste matemaatiliste oskuste kujunemisele. Elu- ja toimetulekuõppes käsitletavatest teemavaldkondadest tuleneb eluliste matemaatiliste jutukeste aines. Minapildi kujundamise raames areneb õpilaste ettekujutus oma kehast, mis on aluseks ruumisuhetest arusaamisele. Minapildi kujundamise raames saab algust teha lihtsate praktiliste mõõtmisülesannetega. Igapäevase mängu- ja õpitegevuse käigus õpivad õpilased rühmitama esemeid vastavalt nende funktsioonile ning sealt edasi vastavalt etteantud tunnustele. Aja teemade käsitlemine toimub lõimitult nii elu- ja toimetulekuõppe kui matemaatika õpetuse raames läbivalt terve kooliaja. Raha olemuse, otstarbe ja kasutamise põhimõtete selgitamine, samuti lihtsa eelarve kavandamise ja säästliku eluviisi põhimõtete omandamine toimub samuti lõimitult nii elu- ja toimetulekuõppe kui matemaatika aines.

### **Elu- ja toimetulekuõpe ja kunst ja käeline tegevus**

Elu- ja toimetulekuõppe aines saadud kogemused ja omandatud teadmised kinnistatakse kunsti ja käelise tegevuse tööde abil. Näiteks aja kulgu ja aastaajalisi muutusi looduses saab kujutada temaatiliste kunstitööde abil. Minapildi kujunemist toetab õpilasest elusuuruses pildi joonistamine. Kella õppimisel saab kunsti ja käelise tegevuse tundides meisterdada kellamaketi jne.

### **Elu- ja toimetulekuõpe ja tööõpe**

Elu- ja toimetulekuõppe ning tööõppe teemavaldkonnad on tihedalt lõimunud. Osaliselt on elu- ja toimetulekuõppes omandatavad kogemused, oskused ja teadmised aluseks tööõppes käsitletavatele teemadele. Teisalt käsitletakse elu- ja toimetulekuõppe aine ja tööõppe aine õpetamisel samaaegselt ühe valdkonna teemasid. Elu- ja toimetulekuõppe aines toimub õpilaste eneseteenindusoskuste ja esmaste tööharjumuste kujundamine, mis on aluseks tööõppe aines omandatavatele lihtsa töö oskustele. Elu- ja toimetulekuõppes omandatavad teadmised ametitest, kujutus raha olemusest ja selle teenimisvõimalustest, teadmised kokkuhoidust ja säästmisest on aluseks tööõppes käsitletavatele sisseostude sooritamise ja eelarve planeerimisega seonduvatele tegevustele.

### **Elu- ja toimetulekuõpe ja kehaline kasvatus**

Elu- ja toimetulekuõppe aines saavad õpilased teadmisi tervislikest eluviisidest, sh liikumisharjumuse olulisusest nii füüsilise kui vaimse tervise seisukohalt. Omandatud teadmisi saavad õpilased rakendada kehalise kasvatus tundides. Kehalise kasvatus tundides õpivad õpilased koostööoskusi. Erinevate liikumismängude mängimisel peavad õpilased toime tulema situatsioonidega, kus on oluline mõista enda ja kaaslaste emotsioone. Sõpruse ja emotsioonide teemasid käsitletakse elu- ja toimetulekuõppe raames. Kehalise kasvatus raames saavad õpilased osaleda erinevatel liikumis- ja spordiüritustel, kus nad õpivad käituma vastavalt üldkehtivatele käitumisharjumistele.

### **Elu- ja toimetulekuõpe ja muusika**

Muusikaõpetus toetab elu- ja toimetulekuõppe teemade omandamist. Muusikatundides saavad õpilased kuulata või laulda temaatilisi laule, kuulata pillilugusid, anda muusika ja rütmi abil edasi enda emotsioone. Rahvalaulude kuulamine ja õppimine toetab Eesti kultuuripärandi tundmaõppimist. Erinevate rahvaste ja maade muusika, laulude ja pillidega

tutvudes õpivad õpilased mõistma ja hindama erinevusi kultuurides ja kommetes. Kontsertide ja muusikaetenduste külastamisel õpivad õpilased käituma vastavalt üldkehtivatele käitumisnormidele.

### **Elu- ja toimetulekuõpe ja rütmika**

Rütmikas saab muusika, rütmi ja liikumise läbi toetada elu- ja toimetulekuõppe teemade omandamist. Erinevate liikumismängude, tantsude jms abil kujuneb õpilastel minatunnetus ja enda kehataju, arenevad koostööoskused ja sõprussuhted. Rahvuslike liikumismängude ja rahvatantsude abil saab kujundada õpilastel arusaamist Eesti rahvuspärandist ning toetada aja kulgemise mõistmist läbi vana aja lugude.

## **5. Elu- ja toimetulekuõppe aine rõhuasetused**

### **I arengutasemel**

- Õpetuse põhitaotlus on õppimiseks vajalike baasoskuste omandamine koostegevuse ja matkimise tasandil.
- Rõhuasetus on oma mina teadvustamisel.
- Õpilast ärgitatakse osalema praktilises tegevuses ja suunatud esemelises mängus.
- Õpilane kohaneb uute inimestega enda ümber ja uue keskkonnaga. Tähelepanu pööratakse kontaktile ja koostegevusele täiskasvanuga.
- Oluline on eneseteeninduse alusoskuste õpetamine praktilises tegevuses. Tähelepanu pööratakse oma välimuse ja õppevahendite korrashoiule.
- Tähelepanu pööratakse reeglite õpetamisele ja nende täitmisele koostegevuses.
- Toimub soovitud käitumismustri kujundamine positiivset käitumist tunnustades. Kujundatakse oskust märgata enda põhiemotsioone.
- Arendatakse ümbritseva keskkonna võimalikult adekvaatset tajumist, õpetatakse koostegevuses orienteeruma lähiümbruses.
- Õpetatakse koostegevuses loodushoidlikult ja keskkonnateadlikult käituma.
- Õpetatakse koostegevuses orienteeruma päevarütmis, kujundatakse oskust suunatult jälgida ja järgida pildilist päevakava.

### **II arengutasemel**

- Õpetuse põhitaotlus on kujundada omandatud baasoskuste harjumuslik sooritamine tuttavas situatsioonis.
- Kujundatakse oskust käituda rühmas ja arvestada kaaslastega.
- Tähelepanu pööratakse õpilaste omavahelise suhtlemisoskuse kujunemisele, seda soodustatakse erinevate koostegevuste kaudu.
- Kujundatakse oskust sooritada eneseteenindustoiminguid enamasti iseseisvalt.
- Harjutatakse õigeid käitumisharjumusi meeldetuletamisel ja erinevates situatsioonides.
- Kujundatakse oskust märgata enda ja kaaslaste põhiemotsioone.
- Jätkatakse ümbritseva keskkonna võimalikult adekvaatse mõistmise arendamist, õpetatakse orienteeruma koolis ja kooli lähiümbruses.
- Õpilast suunatakse käituma loodushoidlikult ja keskkonnateadlikult.
- Õpilast õpetatakse orienteeruma nädalapäevades ja aastaegades, kujundatakse oskust iseseisvalt jälgida ja järgida visuaalset päevakava.

### **III arengutasemel**

- Õpetuse põhitaotlus on õpilaste võimalikult iseseisev toimetulek igapäevaelus, jõukohaste tööoskuste kujundamine.
- Kujundatakse suutlikkust käituda vastutustundliku kogukonna- ja ühiskonnaliikmena.

- Arendatakse oskust õpitud suhtlemisvahendeid kasutades teavet küsida, edastada ja kasutada.
- Kujundatakse oskus vastavalt võimetele tulla toime eneseteenindusoskuste ning igapäevaelus vajalike toimingutega.
- Arendatakse võimet teha parimaid valikuid kaaslasena/õpilasena ja ühiskonna liikmena üldtunnustatud käitumisreegleid järgides.
- Arendatakse õpilaste iseseisvust ning vastutustunnet oma asjade ja tegude suhtes ning võimet kontrollida oma põhiemotsioone.
- Kujundatakse oskust orienteeruda avalikus ruumis.
- Õpetatakse loodushoiu ja säästva eluviisi põhitõdesid ning loodust hoidvaid käitumisviise.
- Õpetatakse iseseisvalt kalendrit kasutama, ajaliselt enda tegevusi ja olulisi sündmusi planeerima.

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Õppesisu</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>I arengutase</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>Igapäevaoskused</b><br>Riietumine, söömine, pesemine, lauakatmine ja koristamine, toimetulek WCs, raskuste puhul abi palumine. Suu pühkimine, nina nuuskamine, juuste kammimine verbaalsel suunamisel. Oskus küsida abi.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>Käitumine. Hoiatus- ja teabemärgid</b><br>Käitumine erinevates situatsioonides (tund, vahetund jne); palun, tänan, tere, head aega. Õpilane tunneb viisakusreegleid ja oskab käituda vastavalt nendele. Reageerib instruksioonile sobival viisil. Reageerib märkustele ja keelule aktsepteeritud viisil. Käitumine erinevates situatsioonides (tund, vahetund, rühmatuba, arstikabinet jne). Enda õige ja vale käitumise suunatud eristamine. Ohuolukorras liikumine evakuatsioonijuhil järgi. Isiklike asjade tundmine, eristamine kaaslaste asjadest. Loomade eest hoolitsemine koostegEVuses. Esmased kokkupuuted hoiatus- ja teabemärkidega: tualetid, arst, politsei, apteek jms. Koolis ühiskasutatavate ruumide leidmine teabemärkide alusel (tualett, tervishoiukabinet, aula, söökla, spordisaal jms). |
| <b>Kool</b><br>Meie klass: selle sisustus, minu koht. Meie klassi õpilased: kaaslaste nimede kuulamine ja meeldejätmine, poisid/tüdrukud. Meie õpetajad/õpetajaabid: nime teadmine. Erinevad ruumid: koolimajas/õpilaskodus, nende äratundmine, otstarve. Käitumine: tunnis, vahetunnis, rühmatubades, tervishoiukabinetis jne. Kooli kodukord.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>Koolitarbed</b><br>Minu asjad, nende kasutamine, korrashoid ja koht. Kaaslaste asjade võtmisel loa küsimine. Õpilane kasutab tuttavat eset ja õppevahendit vastavalt sellele otstarbele. Õpilane tunneb ära endale kuuluvaid esemeid, teab oma asjade kokkulepitud hoiukohta. Klassiruumi ja koolitarvete korrashoid. Spordiriiete ja jalatsite korrashoid suunamisel. Õpetaja juhendamisel õppetöös nutiseadmete ja arvuti kasutamine. Arvuti klaviatuuril trükkimine. Arvuti/nutiseadme sisse- ja välja lülitamine. Robootika alused ja haridusrobotite hooliv kasutamine.                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>Minapilt</b><br>Mina ja tema: erinevad kehaosad, milleks meil neid vaja on. Enda äratundmine fotolt. Enda sugu: tüdruk, poiss. Õpilane jälgib ennast peeglist, osutab enda peale, reageerib enda nimele. MINA osaleja praktilises tegevuses. Oma nime äratundmine ja sellele reageerimine. Enda nime ütlemine/viiplemine / märgi näitamine vms. Näidise alusel oma nime moodustamine välja lõigatud tähtedest.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Kaaslaste ja õpetajate nimede tundmine, oma nime teistelt eristamine. Lähisugulaste nimede teadmine. Fotolt enda, kaaslaste, lähisugulaste äratundmine.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <p><b>Sügis</b><br/> Sügisel tunnused, erinevad värvid looduses (puud), loodusnähtuste kirjeldamine 1- 2 sõnaliste lausetega (päike paistab, sajab vihma/lund, puhub tuul, linnud lendavad lõunamaale jne), sügistööd, aed sügisel, sügislinnud. Riietus. Muutused looduses. Sügisannid: meisterdamine, maitsmine. Seened (mürgised ja söödavad)<br/> Tutvumine sügisest tähtpäevadega: isadepäev, mardi- ja kadripäev.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <p><b>Puuviljad</b><br/> Õun, pirn, ploom, kirss. Tundmine mitme meele kaudu: maitsmine, haistmine, kompimine, vaatlemine. Nimetatud puuviljade kuju, värvus. Nende äratundmine ehedalt ja pildilt.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <p><b>Aedviljad</b><br/> Porgand, kaalikas, peet, kurk, tomat, kapsas, sibul, kartul. Tunnetamine mitme meele kaudu: maitsmine, haistmine, kompimine, vaatlemine. Nimetatud viljade kuju, värvus. Nende äratundmine ehedalt ja pildilt.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <p><b>Loomad</b><br/> Koduloomad: äratundmine, ka piltidelt; mis häält keegi teeb, mida keegi sööb. Metsloomad: äratundmine, ka piltidelt, metsloomade algeline kirjeldamine (karu on pruun/suur, siilil on okkad, jänesel on pikad kõrvad jne), loomade erinevad käitumis- ja liikumisviisid, liikumise matkimine, jäljendamine.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <p><b>Liiklus</b><br/> Erinevad sõidukid meie teedel, käitumine ühistranspordis, ohutu liiklemine lähemas ümbruses, käitumine häire korral, õpetaja/ täiskasvanu korralduste järgimine. Mõiste <i>tohib/ ei tohi</i>.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <p><b>Perekond. Vana aja lood</b><br/> Perekonnaliikmed: ema, isa, vanaema, vanaisa, õde/vend, onu, tädi nimed, tööd kodus. Minu kodu, kodumaja, ruumid ja asjad kodus. Pere lemmikloomad. Pereliikmetest hoolimine ja mõiste armastus.<br/> Peretraditsioonid. Enda, lähisugulaste ja kaaslaste sünnipäevade tähistamine.<br/> Õnnitluskaardi ja/ või kingituse meisterdamine.<br/> Perekonna lugu: vanemad, vanavanemad. Vanemate ja vanavanemate lood lapsepõlvest.<br/> Perekonna tähtpäevad ja nende tähistamine.<br/> Vana aja toa- ja õuemängud, vanaaegsed mänguasjad.<br/> Eesti rahvapärarõõm. Rahvakalendri tähtpäevade tähistamine koostegevuses.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <p><b>Emotsioonid</b><br/> Rõõm, kurbus, viha, tõsine, solvunud, hirm. Põhiemotsioonide märkamine ja nendele reageerimine. Põhiemotsioonide õppimine ja nende ära tundmine.<br/> Sõprus.<br/> Klassi- ja koolikaaslased, nendega koos õppekäikudel, kooli üritustel viibimine.<br/> Suunatud sõprussuhete loomine.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <p><b>Ametid</b><br/> Õpetajad ja teised koolitöötajad (direktor, õppealajuhataja, sekretär, raamatukoguhoidja, õpetajaabid, kasvatajad, koristaja, kokk, tervishoiutöötaja, majandusjuhataja, remondimees, majahoidja, valvur). Põhiametid: arst, hambaarst, politseinik, päästja, müüja, juuksur, autojuht. Tutvumine elukutsetega, millega õpilane igapäevaselt kokku puutub: õpetaja, koristaja, bussijuht, arst, müüja jms. Nende töökohad, peamised tööülesanded. Vastavasisulised rollimängud ja õppemängud (lotod, memoriin, pusled jms).<br/> Koristaja tööülesanded koolis. Koristaja töö matkimine klassis mängulises tegevuses ja elulises situatsioonis.<br/> Juhendamisel erinevate tuttavate töövahendite kasutamine.<br/> Koostegevuses mõõbli paigutamine klassiruumis sobivale kohale.<br/> Lühiajaline keskendumine tööprotsessile, koostegevuses töö lõpuleviimine (nt lapiga tolmu pühkimine).<br/> Koostegevuses eeskuju järgi hügieeni- ja ohutusnõuete järgimine.</p> |

Lihtsate piltskeemide suunatud lugemine ja koostegevuses järgimine. Koostegevuses lihtsa töö kavandamine esemete ja/või pildimaterjali abil (nt igapäevaelu esemed, fotod, PECS pildid, piktogrammid vms).

Abi vastuvõtmine, abi osutamisel tööprotsessis püsimine.

### **Raha**

Teadmine raha olemasolust. Sularaha (paberraha, mündid) ja pangakaart.

Raha otstarbe mõistmine.

Mängulistest tegevustes sisseostude sooritamine, poeteemalised nuku- ja rollimängud, mänguraha kasutamine.

Mänguraha ja pärisraha. Mündid ja paberraha.

### **Vaba aeg. Erinevad vaba aja veetmise võimalused**

Mänguasjad: nimetus, mida nendega tehakse, mänguõpetus (mängud toas/õues). Erinevad vaba aja veetmise võimalused: raamatud, TV, IKT (sülearvuti, tahvelarvuti, telefon), muusika kuulamine, jalutuskäigud, lauamängud, ühismängud, liikumismängud, didaktilised mängud, päevaplaan jne.

Individuaalne mäng rühmas. Suunatud mängimine koos kaaslasega. Mänguasjade valimine, teisega jagamine ja paigutamine oma kohale.

Pildiraamatute vaatamine/lugemine, jalutuskäigud, lühimatkad, mängud toas ja õues jne.

Osalemine klassi/kooli üritustel. Erinevad sõiduvahendid.

Päevaplaani järgimine koostegevuses.

Igapäevase õppetegevuse osana koostegevuses liikumismängudes, jalutuskäikudel, matkadel osalemine. Mänguväljakute külastamine.

Liikumispausid koolipäeva osana. Vahetundides, sh õuevahetundides läbiviidavates liikumistegevustes koostegevuses osalemine.

Sport kui harrastus. Liikumisringides koostegevuses osalemine.

### **Tähtpäevad**

Isadepäev, mardipäev, kadripäev, jõulud (jõuluvärvid, kaunistused, jõulusalmide ja -laulude päheõppimine, jõulupidu.) Uusaasta, vastlapäev, sõbrapäev, EV aastapäev, lihavõtted, jüripäev, emadepäev, isadepäev (nende tähtpäevade tutvustamisel/tähistamisel osalemine).

### **Aeg. Kalender. Kell**

Piltpäevaplaan. Päeva erinevate osade tundmaõppimine. Öö ja päev. Ööpäevategevused.

Nädalapäevad. Käesolev aastaaeg, kalender, kell, loodusvaatlused, ilmavaatlustabeli täitmine abiga.

Isiklik piltpäevaplaan. Päevaplaani järgimine koostegevuses.

Tund ja vahetund: töö- ja puhkeaeg.

Kooli/tööpäevad, puhkepäevad. Nädalapäevade nimetused, äratundmine.

Teadmine kalendri olemasolust ning otstarbest.

Nädalapäevade nimetused. PECS piltide, piktogrammide vm pildilise materjalina esitatu äratundmine, seostamine vastavate värvide ja tähtedega.

Aastaajad. Aastaaegade nimetused ja järgnevus.

Koostegevuses klassis kalendri täitmine (nädala- ja kuupäev, ilm).

Teadmine kella olemasolust ning otstarbest. Kiire ja aeglane.

Aja kulu mõõtmine erinevate vahenditega: liivakell, taimerid vms.

### **Talv**

Talvised loodusnähtused (külm, lumi, jää), loodusvaatlused. Linnud ja loomad talvel.

Talveriietus. Talispordivahendid ja tegevused talvel (nimetus, äratundmine ja otstarve). Jõulud.

Talveriietus, oma riiete äratundmine.

Tutvumine talviste tähtpäevadega: jõulud, vastlapäev.

Aastavahetus. Jõuluvana ja päkapikud, kingitused. Koolis jõulupidu.

Talve eri meeltega tajutavad tunnused, talvised loodusnähtused (lumi, jää).

Tegevused talvel: kelgutamine, lumememme ehitamine. Talispordivahendid, nende äratundmine ja kasutamine.

## **Kevad**

Läheneva kevade tunnused, loodusvaatlused looduses. Lume sulamine, esimeste rändlindude saabumine (kuldnohk), pajuoksad kevadel, esimesed kevadlilled (sinilill, lumikelluke), ohud kevadel, kevadtööd aias. Kevadine riietus, kevadpühad, emadepäev. Lihavõttepühad. Munade värvimine.

## **Tervislik toit ja liikumine**

Liikumismängud, jalutuskäigud, matkad. Maitseb erinevaid toite, eristab tervislikku toitu ebatervislikkust. Osaleb füüsilistes tegevustes vastavalt oma võimetele. Õpilane eristab suunamisel prügi vajalikest esemetest ja viib prügikasti.

Ilma ja tegevusega sobiva riietuse, jalanõude koostegevuses valimine ja kandmine.

Märku andmine, kui riietus ja jalanõud on väikesed/suured, mugavad/ebamugavad, märjad, määrdunud jms.

Tervisliku ja mõõduka toidukogusega harjutamine. Toiduvaliku laiendamine.

Ärkveloleku ja une režiimi kujundamine ja hoidmine.

Liikumismängudes, jalutuskäikudel, matkadel osalemine.

## **Kodu, kodukoht**

Teab oma elukoha nimetust. Linn ja maa. Tallinn on Eesti pealinn. Riigi asukoht mere ääres, Tallinna linnaosad. Eramaja, ridaelamu, kortermaja, suvila.

Kodumaja äratundmine õues liikudes ja fotodelt.

Elamine ja ehitised linnas ja maal. Ruumid korteris/majas. Ruumide kasutamise eesmärgid, sisustamine. Mööbel, mööbliesemete nimetused passiivses ja aktiivses sõnavaras.

## **Suvi**

Loodusvaatlused, suve ja talve piltide võrdlemine. Suvelõbud: ujumine, rattasõit, keks, kiikumine, reisimine; suvine riietus. Suveannid (aia- ja metsaannid)

Suvised tähtpäevad: jaanipäev.

## **Elus ja eluta loodus**

Esmane kokkupuude mõistega elus/ eluta loodus: taimed, kivid. Elusloodus on see mis sööb/joob ja hingab.

Esmane kokkupuude mõistetega *elus/eluta*.

Esmased teadmised prügi sorteerimisest ja selle vajadusest.

Prügi viskamine prügikasti. Koostegevuses prügi sorteerimine: paber/papp, biojäätmel.

Elusloodus.

Taimed.

Lilled. Vaatlemine suunatult sügisel, talvel, kevadel, suvel. Õpitud lillede äratundmine kasvukohas, ruumide kaunistustes, pildil, lillede kujutamine kunsti ja käelise tegevuse töödes. Lillede kasvatamine klassis. Lillede hooldamine koostegevuses (kastmine, tolmu pühkimine).

Puude suunatud vaatlemine sügisel, talvel, kevadel, suvel.

Viljapuude liigid: õunapuu, pirnipuu, kirsipuu, ploomipuu.

Puuviljade maitse, lõhn, kuju, värvus. Õpitud puuviljade äratundmine, sh fotolt ja pildilt.

Aedviljade maitse, lõhn, kuju, värvus. Õpitud aedviljade äratundmine, sh fotolt ja pildilt.

Loomad

Koduloomad ja metsloomad. Kodukoha loomad ja linnud. Õpitud loomade ja lindude äratundmine, sh, fotolt, pildilt. Loomade/lindude hääle äratundmine, matkimine.

Loomade/lindude liikumisviisid, liikumisviiside äratundmine, liikumise matkimine.

Mängud vee ja liivaga. Soe vesi, külm vesi, jää, lumi. Savist voolimine.

Õhupalli täispuhumine ja õhu väljalaskmine. Valgus ja pimedus. Varjuteater.

## **Eestimaa**

Eesti - minu kodumaa. Tallinn - Eesti pealinn. Esmane tutvumine Eesti kaardiga. Lipp, vapp ja hümn. Eesti sümbolid: rukkilill, tamm, pääsuke.

Eesti kirjanike luuletuste kuulamine.

Eesti muinasjutud, nende kuulamine. Lihtsate dramatiseeringute jälgimine.

Pinnavormid.

Künkast üles ja alla ronimine. Kelgutamine.

Ilmakaared. Esmane tutvumine mõistetega *põhi ja lõuna*: lõunamaa, põhjamaa.

Lõuna- ja põhjamaal tehtud fotode vaatamine.

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Plaan, maakaart, gloobus.</p> <p>Mängud reaalseste esemete vähendatud kujutistega: nukud, mudelautod, nukumajad jms.</p> <p>Ühistööna koolimaja, kooliõue, klassiruumi maketi meisterdamine erinevatest vahenditest (klotsid, karbid, pulgad jms).</p> <p>Pallimängud</p> <p>Eesti kaardi ühisvaatlemine ja värvi alusel võrdlemine. Mida ja kuidas märgitakse kaardil: linnad, jõed, metsad, mäed jne.</p> <p>Jõgede, majade, puude jms voolimine.</p> |
| <p><b>Vesi</b></p> <p>Soe ja külm vesi. Mõiste joogivesi. Mängud veega.</p> <p><b>Õhk</b></p> <p>Õhupalli täispuhumine ja õhu väljalaskmine, küünla puhumine.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <p><b>Aastajad</b></p> <p>Ühised loodusvaatlused erinevatel aastaaegadel. Piktogrammide ja fotodelt ära tundmine.</p> <p>Ühised suunatud loodusvaatlused. Ilmavaatlustabeli täitmine õpetaja abiga.</p>                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <p><b>Toataimed</b></p> <p>Toataimede vaatlemine ja kujutamine pildil. Hoolitsemine, kastmine, muld, istutamine.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <p><b>Inimese organism</b></p> <p>Erinevad kehaosad ja nende põhifunktsioon.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <p><b>Hoiatus- ja teabemärgid</b></p> <p>Esmased kokkupuuted hoiatus- ja teabemärkidega: tualetid, arst ja politsei. Liiklusmärgid, koolis olevad sildid, erinevad piktogrammid, sotsiaalsed lood. Märkab suunamisel ohtu, lähtub tegutsemisel hinnangust tohib / ei tohi.</p> <p>Adekvaatne käitumine häire korral.</p> <p>Õpetaja/täiskasvanu korralduste järgimine hädaolukorras.</p>                                                                   |
| <p><b>Mets</b></p> <p>Okas- ja lehtpuud, põõsad. Puude erinevused. Lehtpuude muutumine aastaaegade jooksul.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |

## Õpitulemused I arengutaseme lõpuks:

Õpilane:

- valdab igapäevaoskusi abiga;
- tunneb ära endale kuuluvad esemed, teab oma asjade kokkulepitud hoiukohta;
- märkab suunamisel enda põhiemotsioone;
- määratleb end kui oma pere liiget ja õpilast;
- teab enda ja lähedaste nimesid;
- teab enda elukohta;
- tunneb kõiki kehaosi, näitab neid suulise korralduse põhjal nii endal kui ka kaaslasel;
- teab enda sugu (poiss, tüdruk);
- tunneb pildilt õpitud mets- ja koduloomi;
- tunneb pildilt ja reaalsuses
- õpitud puu- ning aedvilju;
- oskab nimetada nädalapäeva,
- käesolevat aastaaega;
- eristab tundi ja vaba aega;
- teab oma elukohta;
- osaleb eakohastel ühisüritustel, järgib päevaplaani;
- osaleb õppekaikudel.
- märkab suunamisel enda põhiemotsioone;
- teab oma asjade kokkulepitud hoiukohta;
- sooritab suunamisel lihtsamaid töövõtteid;
- oskab tuttava eseme ja õppevahendiga tegutseda vastavalt selle funktsioonile

- teab enda sugu;
- korrastab abiga oma välimust;
- märkab suunamisel ohtu, lähtub tegutsemisel hinnangust tohib - ei tohi;
- teab ja kasutab meeldetuletamisel õpitud viisakusväljendeid.
- teab oma asjade kokkulepitud hoiukohta;
- osaleb suunamisel ühisüritustel ja -mängus;
- on kaasatud eakohaste ja võimetele vastavatesse vabaaja tegevustesse;
- kasutab suunatult digivahendeid mängulistest tegevustes
- eristab päeva ja ööd, töö- ja puhkepäevi; eristab õppetundi ja vahetundi;
- jälgib ja järgib suunamisel piltpäevakava;
- eristab päeva ja ööd, töö- ja puhkepäevi;
- eristab õppetundi ja vahetundi;
- nimetab suunamisel käesolevat aastaaega;
- osaleb suunamisel loodusvaatlustes;
- märkab aastaegade tajutavaid tunnuseid, riietub abiga vastavalt aastaajale;
- on osalenud rahvakalendri tähtpäevade tähistamise;
- tunneb õpitud mets- ja koduloomi, aed- ja puuvilju, taimi;
- teab kodu- ja metsloomade häälsusi ja liikumisviise.
- osaleb suunamisel loodusvaatlustes;
- eristab suunamisel prügi vajalikest esemetest ja viib prügikasti.
- liigub koos täiskasvanuga tuttavalt marsruudil
- orienteerub lähemas ümbruses, nii koolis kui kodus;
- lähtub tegutsemisel hinnangust tohib / ei tohi
- märkab suunamisel ohtu;
- täidab meeldetuletusel õpitud ohutu käitumise reegleid, sh liikluses.

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Õppesisu</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>II arengutase</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| <p><b>Söömine</b><br/> Lauakatmine, valikute tegemine, lauakombed, võileibade valmistamine. Toitumine väljaspool kooli. Isiklik hügieen. Igapäevaaskestuste harjutamine/ süvendamine. Abi küsimine. Toimetulek ujulas.</p> <p>Toidu mürgistused ja mürgistuste ennetamine. Toiduliigid: piima-, lihatooted.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <p><b>Eneseteenindusoskused ja käitumine</b><br/> Koolis ja väljaspool kooli. Kooli kodukord. Enda ja kaaslase õige ja vale käitumise eristamine. Jagamisvalmidus ja teiste austamine.</p> <p>Iseseisev toimetulek peamiste igapäevaste eneseteenindus- ja hügieenitoimingutega.</p> <p>Lihtsamates situatsioonides oskus aidata teisi, nt garderoobis, sööklas.</p> <p>Kinniste sulgemine: lukupeaga lukk, trukid, nõöbid, sõlme sidumine.</p> <p>Isikliku hügieeni jälgimine. Raskuste puhul abi palumine.</p> <p>Toimetulek ja aktsepteeriv käitumine ujulas, (pere)arsti külastamisel, poes, ühistranspordis jm.</p> <p>Ühiskasutatava tualeti kasutamine.</p> |
| <p><b>Kool</b><br/> Suvise koolivaheaja meenutamine. Õppetarbed, õppetarvete korrashoid. Kooliruumid, erinevad õppeained. Õpetaja instruksioonide täitmine.</p> <p>Õpetajate ja kaaslaste nimed, nimepidi kutsumine, nimepidi äratundmine.</p> <p>Klassikaaslaste nimesildid fotoga/ õpilasega seostamine.</p> <p>Kooli nimetus, koolihoone äratundmine, kooli sümbolika.</p> <p>Kaaslaste vanused, sünnipäevad.</p> <p>Erinevate kooliruumide otstarve. Erinevad õppeained.</p> <p>Iseseisev liikumine ühest ruumist teise.</p> <p>Orienteerumine koolihoovis ja kooli lähiümbruses.</p>                                                                          |

## Koolitarbed

Hoiab korras oma koolitarbed. Teeb vahet oma/võõras asjadel. Oskab tuttava tööriistaga tegutseda vastavalt funktsioonile. Koolitarvete kasutamine.

Õpetajate ja kaaslaste nimed, nimepidi kutsumine, nimepildi äratundmine.

Klassikaaslaste nimesildid fotoga/õpilasega seostamine.

Kooli nimetus, koolihoone äratundmine, kooli sümboolika.

Kaaslaste vanused, sünnipäevad.

Erinevate kooliruumide otstarve. Erinevad õppeained.

Iseseisev liikumine ühest ruumist teise.

### Orienteerumine koolihoovis ja kooli lähiümbruses.

## Mina

Poisi ja tüdruku erinevused. Keha (suguelundid, nende katmise olulisus, häbi tunne). Laps, nooruk, täiskasvanud nende erinevused. Enda eest hoolitsemine ja teismelisus. Oma keha tundmine. Soo erinevused ja vastav käitumine (pere näitel)

Enda vanuse teadmine. Olulised dokumendid ja nende kasutamine. Dokumentidele kirjutatud informatsioon. Abiga õpilaspileti, ühistranspordikaardi kasutamine.

## Sügis

Sügise tunnuste ühisvaatlus. Ilma kirjeldamine. Sügis aias. Marjad: aedmaasikas, aedvaarikas, mustsõstar, punane sõstar, karusmari. Lõunamaa puuviljad: banaan, apelsin, mandariin, sidrun, viinamari. Sügis metsas. Lehtpuud ja põõsad metsas. Marjad. Seened: riisikad, kukeseen, pilvik, puravik. Mürgised seened: punane ja valge kärbseseen. Sügisesed tähtpäevad: õpetajate päev, mardipäev, isadepäev, kadripäev. Komed, tähistamiste ettevalmistamisel osalemine, esinemine.

## Puuviljad.

Kasvatamine (seeme, taim, vili).

## Aedviljad.

Kasvatamine (seeme, taim, vili).

## Loomad

Kodu- ja metsloomad. Koduloomade kasulikkus inimestele. Lemmikloomad, nende eest hoolitsemine. Sarnasusi ja erinevusi loomadel. Loomade kaitse. Kodutud loomad ja varjupaigad.

## Liiklus

Ohutu liikumine tavalal tänaval/teel. Kergliiklustee. Reeglid jalgrattaga sõitmisel. Liiklemine pimedal ajal, helkuri kasutamine. Ohutu käitumine erinevatel ilma tingimustel (libedal teel, veekoode lähedal, liikumine loomadega, lumetormidel, kuumal ilmal).

Tee kodust koolini ja koolist koju.

Ühissõidukid: sõidukisse sisenemine (kaardi valideerimine, pileti eest maksmine, nupu vajutamine uste avamiseks) ja väljumine.

Peamised liiklusrasvõimurid: bussipeatus, kõnnitee, jalgrattatee, käigu-keeld, ülekäigurada, parkla, käigutunnel, esmaabi.

### Perekond. Vana aja lood

Perekonnaliikmed: ema, isa, õde/vend, vanaema, vanaisa. Nende nimed, ametid.

Peretraditsioonid: sünnipäevad, tähtpäevad koos perega. Vanuse nimetamise oskus ja kodune aadress.

Lähisugulaste tundmine (onu, tädi jne).

Erinevas vanuses inimesed, üksteise abistamine.

Peretraditsioonid. Perega ühisüritustel osalemine (isade-, emadepäev, jõulud koolis jms).

Tähtpäevade puhul õnnitlemine. Õnnitluste vastuvõtmine.

Poest õnnitluskaardi ja/ või kingituse valimine.

Perekonna lugu: lihtne sugupuud.

Eesti rahvapärimus. Eesti talurahva tööd ja tegemised. Rahvakalendri tähtpäevade tähistamine. Rahvariided. EV sümboolika. Eesti hümn, lipp ja vapp. Vanad mängud ja meelelahutused.

Aeg maal enne inimasustust: dinosaurused.

**Emotsioonid**

Põhitundmuste (rõõm, kurbus, tõsidus, viha, hirm) äratundmine enda/ kaaslaste juures, pildidel, muusikas. Oma emotsioonide väljendamine õpetamine (tahan-ei taha, meeldib-ei meeldi, pean- ei pea)

Sõprus.

Mõistmine, et erinevate inimestega (pereliikmed, sõbrad, tuttavad, võõrad) peab käituma erinevalt. Sõprussuhted ja nende hoidmine.

Kaaslase abivajaduse suunatud märkamine, abistamine.

**Ametid**

Erinevad ametid koolis ja väljaspool kooli. Ameti riietus. Ameti, tegevuse ja eseme sobivus. Tuttavad elukutsed: müüja, õpetaja, koristaja, kokk, bussijuht, arst, medõde, ehitaja, müüja jms. Nende töökoha, töövahendite ja tööülesannetega tutvumine.

Ema/isa töökoht ja amet.

Erinevad tööd ja ametid, mis mulle meeldivad/ei meeldi; mida on vaja teha. Vastutus.

Korrapidaja tööülesannete jaotamine ja täitmine. Jõukohased tööd koolis: korrapidamine koolis ja klassis, koolihoovis sügisel ja kevadel lehtede riisumine, talvel lume koristamine jms.

Meeldetuletamisel tuttavate koristustööde iseseisev sooritamise. Tolmu pühkimine. Põranda pühkimine. Põranda pesemine mopiga. Tahvli, laudade ja uste pesemine. Tuttavate koristusvahendite kasutamine ruumide koristamisel.

Toataimede eest hoolitsemine. Lillede kastmine meeldetuletamisel.

Verbaalsel suunamisel mööbli paigutamine klassiruumis õigele kohale (nt peale koristamist/klassipidu vms).

Lühiajalise töö või õpilasele antud tööosa täitmine ja lõpuni viimine.

Verbaalsel suunamisel pildimaterjali ja/või sõnakaartide abil lihtsa töö tegevusplaani/tegevuste jada koostamine.

Enda abivajaduse märkamine ja abi küsimine.

**Raha. Taskuraha. Poeskäik.**

Turul käimine. Käitumisreeglid poes.

Raha päritolu: palk, taskuraha, kingitud raha, annetus, taara tagastamine jms.

Müntide ja paberraha välimus ja väärtus.

Poes ostu sooritamise koostegevuses. Tutvumine iseteeninduskassadega.

Poes kingituste valik sõbrale sünnipäevaks, jõuludeks. Kingituste pakkimine.

Reklaamlehtedega tutvumine.

**Vaba aja sisustamine**

Mänguõpetus. Erinevad lauamängud, arvutimängud, seltskondlikud mängud, rollimängud.

Mängureeglid. Võit ja kaotus.

Huviringid.

Erinevad vaba aja veetmise võimalused.

Mängud (lauamängud, rollimängud, liikumismängud jms), raamatud, TV, muusika kuulamine, matkad, sport, teater, kino jne.

Sünnipäevade pidamine, sõprade küllakutsumine. Esinemine kooli üritustel.

Peo planeerimine ja organiseerimine täiskasvanu abiga. Osalemine erinevates huvialaringides.

Ühistranspordi kasutamine üritustele, ekskursioonile jms sõitmiseks.

Päevaplaani järgimine suunamisel.

Igapäevase õppetegevuse osana suunamisel liikumis- ja sportmängudes, jalutuskäikudel, matkadel osalemine.

Liikumispausid koolipäeva osana. Vahetundides, sh õuevahetundides läbiviidavates liikumistegevustes osalemine.

Sport kui harrastus. Liikumise- ja spordiringides suunatud osalemine. Mänguväljakute, terviseradade, ujula kasutamine suunatult vastavalt kehtestatud reeglitele.

Visuaalsete juhiste mõistmine, nt spordiväljakute kasutamise reeglid, trenaažöörde kasutamise kirjeldus jms. Võimete piires reeglite sõnastamine.

**Tähtpäevad****Sügisese tähtpäevad**

Õpetajate päev, hingedepäev, isadepäev, mardipäev, kadripäev.

**Talvised tähtpäevad**

Jõulud, uusaasta, vastlapäev.

**Kevadised tähtpäevad**

Munapühad, kevadpüha, emadepäev.

**Aeg**

Aastaajad, kuud. Nädalapäevade nimetus ja järgnevus. Tööpäev, puhkepäev, riiklikud tähtpäevad. Koolivaheajad, sünnipäev, kell, täistunnid. Ööpäeva osad: päev ja öö. Päeva osad: hommik, lõuna, õhtu. Päike ja kuu.

Kooli/tööpäevad, puhkepäevad, riiklikud pühad. Koolivaheajad. Nädalapäevade nimetuste mõistmine ja aktiivne kasutamine.

**Talv**

Talve tunnused. Talvised sademed: lumi, lörts. Päeva pikkus talvel. Kodu- ja metsloomad talvel. Elu- ja toitumise võrdlemine õpetaja abiga. Riietus talvel. Mõistatused (arva ära).

**Talisport**

Talisportialad. Ohutusnõuded sportimisel. Suusatamine, lumesõda mängimine, uisutamine, kelgutamine, lumeingli tegemine.

Tutvumine termomeetriga. Sooja- ja külmakraadid. Riietuse valik vastavalt ilmale, termomeetrinäidule.

Tegevused talvel: kelgutamine, suusatamine, uisutamine, lumememme ja lumekindluse ehitamine.

Ohutus talvel.

Talvised tähtpäevad: jõulud, vastlapäev, sõbrapäev, Eesti Vabariigi aastapäev. Kõrbed, tähistamiste ettevalmistamisel osalemine, esinemine.

**Kevad**

Kevade tunnused. Kevadlilled: aia- ja metslilled. Taime osad: juur, vars, leht, õis. Sibullilled. Taime areng seemnest. Katse seemnetega: eelidandamine, külv. Kevadel õitsevad puud ja põõsad: näsiniin, toomingas, sirel, õunapuu. Aiatööd.

Kevade eri meeltega tajutavad tunnused, muutuste jälgimine looduses. Võrdlemine teiste aastaaegadelega.

Kevadised tähtpäevad: kevadpühad, emadepäev. Kõrbed, tähistamiste ettevalmistamisel osalemine, esinemine.

**Tervislikud eluviisid ja sport**

Toitumine, liikumise vajalikkus. Puhkuse tähtsus, kahjulikud harjumised. Haiguste ennetamine (maskide kandmine, nina ja kurgu loputamine)

**Sport**

Mänguväljakute, terviseradade, ujula kasutamine.

Rõivastuse ja jalatsite suunatud valik vastavalt ilmale ja tegevusele.

Tervislike eluviiside suunatud järgimine ja kahjulikest harjumustest hoidumine.

Puhkepauside suunatud pidamine nutiseadmete kasutamisel.

Toidupüramiidi järgi söömisharjumuste jälgimine.

Tervisliku toidutaldriku koostamine näidise alusel.

Töö/ liikumise ja puhkuse vaheldumine.

Päevarežiimi vajadus ja selle hoidmine.

Liikumispauside sooritamise näidise või piltliku instruksiooni näitel - sirutuspausid, harjutused silmade jaoks jms.

**Kodu**

Korteri/maja erinevad ruumid/hooned. Korrused majas. Kodused tähtpäevad. Kodu linnas ja maal.

Kodune aadress. Oma tuba, selle sisustamine/kujundamine.

## **Suvi**

Suve tunnused. Suve ilm, ilmastiku nähtused suvel. Suvine loodus.

**Suvelõbud.** Ujumine, kalastamine, jalgratta sõit, õuemängud jne. Pikniku korraldamine.

**Suvine rahvakalendri tähtpäev:** jaanipäev.

Suve eri meeltega tajutavad tunnused. Ilmastikunähtused suvel (sademed, vikerkaar, äike). Riietumine suvel.

Tegevused suvel: päevitamine, ujumine, kalastamine, sõitmine jalgratta ja rulaga, õuemängud jne. Ohutus suvel (päevituskreemi kasutamine, vee joomine, ülekuumenemise vältimine).

Putukate eest kaitsmine (säased, puugid).

## **Elus ja eluta loodus**

Elusolendid: inimene, loomad, taimed. Elusolendute ühised tunnused. Hingamine, söömine, paljunemine.

Muutused eluslooduses. Eluta looduse osad: vesi, õhk, kivimid, muld. Loodusnähtused.

Elusolendid: inimene, loomad, linnud, putukad, taimed. Elusolendite ühised tunnused.

Looduslikud eluta looduse osad (vesi, õhk, maavarad, päike, kuu) ja inimeste poolt valmistatud asjad.

Keskkonnakaitse.

Esmased teadmised keskkonnakaitsest. Vee- ja elektri kokkuhoid: tule kustutamine, käte seebitamisel/ hammaste pesemisel kraani sulgemine, tualetis sobiva veekoguse laskmine, kätekuivatuspaberi, WC-paberi säästlik kasutamine jms.

Prügi sorteerimine: paber/papp, biojätmed, klaas, patareid.

Taaskasutuse põhimõtted. Paberi taaskasutus joonistamiseks, meisterdamiseks. Riiete jm esemete sorteerimine põhimõttel: taaskasutamiseks kõlblikud - tuleb ära visata. Koduloomade väljaheidete koristamine õues.

Taimed

Söödavad ja mürgised taimed.

Taime osad: juur, vars, lehed, õied, seemned, viljad.

Taimede areng seemnest. Taimede eluks vajalikud tingimused: vesi, valgus, soojus, toitained.

Üheaastased taimed. Lilled. Toa-, aia- ja põllulilled. Lillede kasvatamine.

Okas- ja lehtpuude enamlevinud liigid, erinevused ja sarnasused. Puud erinevatel aastaaegadel.

Puu- ja aedviljade kasvatamine (seeme, taim, vili). Puu- ja aedviljade säilitamine, hoidistamine. Marjad. Söödavad ja mürgised marjad. Marjade säilitamine (külmutamine, kuivatamine). Hoidised.

Seened. Söödavad ja mürgised seened. Seente säilitamine.

Enamlevinud ravimtaimed: korjamine ja kasutamine.

Loomad. Kodu- ja metsloomad, linnud

Loomariigi mitmekesisus. Loomade/lindude välisehitus. Putukate, kahepaiksete, kalade, roomajate iseloomulikud tunnused, eristamine loomadest, lindudest.

Erinevad elupaigad: mets, põld, soo, veekogud. Loomaaed, loomapargid, farm, talu.

Paiga- ja rändlinnud.

Kodu-/lehmikloomade ja lindude eest hoolitsemine. Loomade kasulikkus inimesele. Loomade kaitse. Toitumine, poegimine. Noorloomad.

Metsloomade elu erinevatel aastaaegadel. Käitumisreeglid mesitaru, sipelgapesa, linnupesa leidmisel.

Eluta loodus.

Vesi. Vee tähtsus inimese elus. Vee säästlik kasutamine. Vee olekud. Kodukoha veekogud.

Õhk. Õhu puhtus. Õhu puhtuse tagamine ruumides. Termomeeter. Tutvumine erinevate termomeetrite ja nende funktsioonidega. 0-kraad/-punkt, sooja ja külma temperatuuri leidmine termomeetritl (seoste loomine: punane värv on soe ja sinine külm). Muld. Muld taimede kasvukeskkonna ja loomade elupaigana. Valgusõpetus. Pime ja valge aeg. Päike, kuu, tähed.

## **Eestimaa**

Kodukoht Eesti kaardil. Eesti hümn, lipp ja vapp. Rahvuslind ja pealinn. Eesti president.

Esmane tutvumine maakardiga. Lihtsamate eestikeelsete instruksioonide täitmine (oota, istu, tule siia, võtta) Kodukoha lähem tundmaõppimine. Elu linnas ja maal. Kodune aadress.

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Tänav/maantee. Eramaja/kortermaja. Materjalid, millest maja on ehitatud. Kodukoht Eesti kaardil. Linnad, järved, jõed kodukoha vahetus ümbruses. Tutvumine digitaalse kaardiga. Google Mapi abil kodukoha vaatamine. EV sümbolika. Eesti hümn, lipp ja vapp. Eesti rahvuslind, -lill. Pealinn. Rahvariided. Eesti president. Ilmakaared. Koostöös õpetajaga põhjalõuna suuna näitamine oma klassis, taas kompassi järgi. Plaan, maakaart, gloobus. Plaan. Koolimaja lähiümbruse plaan, teekond koolist koju. Leppemärgid plaanil: puu, maja, jõgi, tee, mööbliesemed jne. Plaani järgi objektide suunatud leidmine klassis, koolis, kooliõues. Orienteerumismängud plaani järgi klassis, koolimajas, kooli lähiümbruses. Kaart. Eesti geograafiline kaart. Geograafilise kaardi leppevärvused. Kodukoha märkimine kaardil. Kodukoha läheduses asuvad jõed, järved, asulad. Gloobus. Esmene tutvumine gloobusega. Gloobus kui maakeri vähendatud mudel ehk „väike maakeri“. Maailmaruum. Esmene tutvumine maailmaruumiga. Maa, Päike, Kuu, tähed, teised planeedid.</p> |
| <p><b>Erinevad rahvused</b><br/>         Kohtumised kooli külalistega. Külaskäigus sõpruskooli. Nahavärvide erinevused. Kõrbed ja traditsioonid.<br/>         Erinevad rahvused klassis, koolis, kohtumised kooli külalistega. Teretamine erinevates keeltes. Teises keeles räägitud jutu ja laulude kuulamine.<br/>         Eesti tuntud lastekirjanikud, nende loominguga tutvumine.<br/>         Eesti kirjanike luule esitamine koos õpetajaga.<br/>         Muinasjuttude kuulamine, jutustamine pildiseeria toel. Lühilavastuste esitamine õpetaja suunamisel.<br/>         Eesti ja teiste maade rahvaste kombestikuga tutvumine, sarnasuste ja erinevuste leidmine.<br/>         Erinevate maade lastekirjandus. Muinasjutud.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <p><b>Vesi:</b> Vee tähtsus inimese elus. Vee kasutamine. Vee säästlik kasutamine. Vee olekud.<br/> <b>Õhk:</b> Õhu puhtus, ruumide õhutamine.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <p><b>Termomeeter</b><br/>         Erinevad termomeetrid. Toatermomeeter, välitermomeeter, kraadiklaas. Sooja- ja külmakraadid.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <p><b>Aastajad</b><br/>         Aastaaegade tunnused, üldiste tunnuste võrdlemine, tegevused eri aastaaedadel. Puud erinevatel aastaaegadel. Ühised loodus- ja ilmavaatlused. Ilmavaatlustabeli täitmine.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <p><b>Toataimed</b><br/>         Tutvumine toataimedega. Toataimede kasvatamine: valgus, toatemperatuur, niiskus. Toataimede kasutamine ruumide kujundamisel. Toataime hoolitsemine ja hoidmine klassiruumis.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <p><b>Putukad</b><br/>         Kapsaliblikas, toakärbes, mesilane, sääsk, sipelgas, lepatriinu, puuk. Kahjulikud ja kasulikud putukad.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <p><b>Kalad</b><br/>         Haug, räim, lest. Kala välisehitus. Akvaariumi kalad koolis ja kodus.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <p><b>Roomajad</b><br/>         Rästik, nastik, sisalik. Nende tunnused. Mürgised maod. Ohutu käitumine nende kohtumisel.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <p><b>Linnud</b><br/>         Paigalinnud: rähn, varblane, vares, leevike, tihane. Rändlinnud: kuldnokk, looke, pääsuke. kurg, part. Kodulinnud: kana, kukk, part, hani. Lindude välisehitus. Pesade ehitamine. Lindude toitmine.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <p><b>Inimene</b><br/>         Meelelendid ja nende tähtsus. Hambad. Kehaosad. Siseelendid (süda, kopsud, neerud, aju).</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| <p><b>Ohutusnõuete täitmine</b><br/>         Traumade vältimine. Käitumine vigastuste korral. Käitumine tulekahju korral. Ohutu liiklemise nõuded. Keeldumine ja enesekaitse. Abi palumine, kutsumine, telefoni kasutamine. Hädabi number 112. Isiklike andmete kaitsmine.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |

**Hoiatus- ja teabemärgid**

Tualetid, elekter, kiirabi/ arst, politsei jm. Piktogrammide märkamine, tundmine ja õige kasutamine. Õpitud hoiatus- ja teabemärkide suunamisel leidmine ja äratundmine.

Suunamisel orienteerumine õpitud hoiatus- ja teabemärkide järgi.

Õpitud märkide tundmine: tualetid, elekter, kiirabi/arst, politsei, jalakäijatele suunatud liiklusmärgid jms.

Ruumisisesed teabemärgid: väljapääs, sissepääs, evakuatsiooni kogunemiskoht, trepp, lift, parkla jne. Suunamisel orienteerumine liiklusmärkide järgi.

Käitumine ohuolukorras. Telefoni kasutamine. Hädaabinumber 112.

Suunamisel adekvaatne käitumine, abi palumine/ kutsumine tulekahju, vette kukkumise, asjade varastamise korral.

Käitumine putuka-/loomahammustuse korral. Enesekaitse reeglid palava, külma ilma korral.

Lihtne esmaabi.

**Mets**

Okas- ja lehtpuud: enam levinud liigid, erinevused ja sarnasused. Puud erinevatel aastaaegadel. Orienteerumine ja käitumine metsas. Looduse hoidmine. Matkamine (erinevad võimalused). Pinnavormid. Mägi, org, saar. Raba ja soo. Matkamine mitmekesisel maastikul.

**Õpitulemused II arengutaseme lõpuks:**

Õpilane:

- igapäevaoskuste hulk on suurenenud, kuid iseseisvus toimetulemisel vähene;
- märkab/ tunneb ära enda/ kaaslaste põhiemotsioone;
- teab klassikaaslaste ja õpetajate nimesid;
- tunneb kõiki nädalapäevi;
- teab kõiki aastaaegu, oskab neid ühe-kahe lausega iseloomustada, teab loodusnähtuste olulisi tunnuseid;
- oskab nimetada täistunde;
- teab kõigi pereliikmete nimesid;
- teab oma kodu aadressi;
- oskab näidata oma kodukohta Eesti kaardil;
- oskab nimetada elusolendeid (ühe putuka, kala, roomaja ja linnu nime);
- tunneb pildilt ja reaalsuses õpitud kodu- ja metsloomi;
- hoolitseb meeldetuletamisel toataimede eest;
- oskab valida vaba aja tegevust;
- käitub viisakalt koolis ja avalikes kohtades;
- tunneb kahe-kolme õpitud tähtpäeva kombeid ja tavasid (jõulud, vastlad, jaanipäev);
- hoidub nähtavatest ohtudest, kutsub abi, teab hädaabi numbrit;
- oskab vajadusel abi paluda;
- osaleb ürituste ettevalmistamisel, esineb pidudel.
- kasutab suunatult igapäevaelus vajaminevaid isiklikke dokumente
- tunneb ära oma põhiemotsioonid ja suunamisel reguleerib oma käitumist;
- oskab tuttava esemega või töövahendiga tegutseda vastavalt selle otstarbele, valib vastavalt tegevusele õige töövahendi;
- hindab tegevusi põhimõttel meeldib - ei meeldi, oskan - ei oska, tahan - pean.
- teeb eneseteenindustoiminguid enamasti iseseisvalt, oskab vajaduse korral abi paluda
- hindab tegevusi põhimõttel meeldib - ei meeldi, oskan - ei oska, tahan - pean;
- hoidub nähtavatest ohtudest, kutsub/pöördub abi järele;
- teab kaaslaste vanust
- kasutab suunatult erinevaid digivahendeid praktilises tegevuses
- oskab tuttava esemega või töövahendiga tegutseda vastavalt selle otstarbele
- osaleb ürituste ettevalmistamisel, esineb pidudel
- valib vaba aja tegevuse etteantud valikute alusel ja tegeleb sellega suunatult;

- kasutab suunatult erinevaid digivahendeid praktilises tegevuses;
- külastab spordivõistlusi, teatrit, kino ja muid kultuuriasutusi;
- teab lihtsamaid mängureegleid, peab neist kinni.
- tunneb nädalapäevade järgnevust ja nimetusi, seostab nädalapäevi oma igapäevaste toimingutega;
- tunneb nädalapäevade järgnevust ja nimetusi, seostab nädalapäevi oma igapäevaste toimingutega
- vaatleb suunamisel ilma ja riietub suunamisel vastavalt ilmale, teab seoses aastaaegadega loodusnähtuste olulisi tunnuseid;
- jälgib kella, oskab nimetada täistunde
- on tutvunud esivanemate eluoluga, sh rahvakalendri tähtpäevadega
- jälgib ja järgib visuaalset päevakava.
- eristab elus- ja eluta loodust, teab nende tähtsust inimesele;
- rühmitab elus- ja eluta looduse õpitud objekte/esindajaid oluliste tunnuste järgi, teab nende elupaiku;
- teab levinumaid ränd- ja paigalinde, lindude rände vajalikkust;
- teab lindude ja loomade abistamise vajalikkust talvel;
- tunneb lihtsamaid loodushoiu põhimõtteid (vee- ja elektri kokkuhoid, prügi vähendamine ja sorteerimine, taaskasutus).
- teab asulaid kodukoha ümbruses, tunneb ära Eesti kaardi ja kasutab suunatult digitaalset kaarti;
- tunneb ära riigi sümbolika, täidab suunatult sellega seostuvaid käitumisreegleid;
- teab põhiilmakaari.
- oskab võimalikult iseseisvalt liikuda kooli/kodu ümbruses;
- hindab tegevusi põhimõttel õige/vale, tohib/ei tohi;
- järgib õppekäikudel liikudes suunatult ohutusreegleid;
- tunneb õpitud liiklusreegleid ja märke;
- hoidub nähtavatest ohtudest, kutsub vajaduse korral abi;
- teab ühissõiduki kasutamise reegleid;
- oskab käituda ohuolukorras, teab hädaabinumbreid.

## Õppesisu

### III arengutase

#### Praktiline hommikusöögi valmistamine

Menüü planeerimine. Kaaslase abistamine. Käitumine pidulauas, kohvikus, restoranis. Avalikus söögikohas tellimuse tegemine ja selle eest (abiga) maksmine. Lauakombed: noa abil toidu tükeldamine.

Laua katmine pidulikeks sündmusteks.

Tervislik toitumine: toidupüramiid, toidukorrad- ja kogused, lauakombed. Taimne ja loomne toit. Mitmekülgne toit. Vitamiinivajadus.

#### Käitumine

Viisakas ja ebaviisakas käitumine koolis ja väljaspool kooli. Viisakas käitumine ekskursioonidel loomaaias, loodusmuuseumis, vabaõhumuuseumis, linnaparkides, metsaparkides, veekogude lähedal. Oskus käituda viisakalt näitustel, raamatukogus, galeriis. Oskus käituda viisakalt klassi- ja kooliüritustel.

Digitaalse keskkonna käitumise reeglid (internetis levivad petuskeemid, vaenukõne jne). Andmekaitse reeglid. Enda ja teiste fotode jagamine/postitamine.

Asjade laenamine, võtmine, vargus. Varastamise ennetamine, selle tagajärgede mõistmine.

Võimalikud väärkohtlemise situatsioonid: verbaalne ja füüsiline vägivald, kuriteole ärgitamine, seksuaalne ära kasutamine jms. Abi otsimine.

Hooliv ja lugupidav suhtumine endast nõrgematesse inimestesse (nt lapsed ja vanurid), kiusamise ennetamine.

**Kool**

Kool ja selle ümbruse korrashoid. Töökoha ja töövahendite korrashoid.

Suvised vaheaajad meenutamine. Instruksioonide täitmine. Aksepteeritav käitumine koolis ja väljaspoolt kooli, viisakusväljendite kasutamine. Tunneb oma klassi ja kooli, teab kooli aadressi. Sünnipäevalapse õnnitlemine. Laua katmises osalemine. Mõistete *minu-võõras-meie oma* eristamine. Mõisted: *õige/vale, meeldib / ei meeldi, tahan/teen, pean/teen, tahan / ei tohi / ei tee*.

Korrapidaja tööülesannete jaotamine ja täitmine. Jõukohased tööd koolis: korrapidamine koolis ja klassis, koolihoovis sügisel ja kevadel lehtede riisumine, talvel lume koristamine jms. Meeldetuletamisel tuttavate koristustööde iseseisev sooritamine. Tolmu pühkimine. Põranda pühkimine. Põranda pesemine mopiga. Tahvli, laudade ja uste pesemine. Tuttavate koristusvahendite kasutamine ruumide koristamisel. Verbaalsel suunamisel mööbli paigutamine klassiruumis õigele kohale (nt peale koristamist, klassipidu vms).

Lühiajalise töö või õpilasele antud tööosa täitmine ja lõpuni viimine.

Klassi plaani koostamine ja kasutamine ruumis orienteerumisel. Plaanil märgitud objektide/esemete leidmine klassis, koolis, õues.

Kooli ajalugu.

**Koolitarbed**

Hoiab korras oma asjad ja lähema ümbruse. Teeb vahet oma / võõras / meie asjadel, käitub vastavalt. Oskab tuttava tööriista käsitseda vastavalt funktsioonile ja tegevuse eesmärgile. Töö arvutiga ja nutitahvliga, vajaku programmi avamine.

Töökoha ja töövahendite korrashoid. Spordiriiete ja -jalatsite korrashoid.

Arvuti ja nutiseadmete sihipärane kasutamine. Infootsing internetist. Nutiseadmete laadimine vastavalt vajadusele.

Arvuti ja nutiseadme kasutamine meelelahutuseks. Kontrollitud nutiseadmete kasutamise aeg.

**Mina**

Mina neiuna/noormehena. Muutused välimuses ja käitumises. Suguelundite funktsioonid. Oma keha eest hoolitsemine (igapäevane intiimne pesemine, hügieeniliste, kosmeetiliste vahendite kasutamine). Keha hoidmine tervislikus vormis. Kaal ja pikkus. Võrdlemine *kergem/raskem, pikem/lühem*.

Isiklike andmete (nt ees- ja perekonnanimi, vanus, sünniaeg, aadress jms) teadmine. Ametiasutustes isiklike andmete edastamine.

**Sügis**

Suvised koolivaheaajad meenutamine. Sügise tunnused. Sügis põllul. Põllukultuurid: teraviljad (rukis, kaer, nisu, oder) ja kartul. Põllutööd ja masinad. Leiva teekond meie lauale.

**Puuviljad**

Puuviljade hoidistamine ja säilitamine (külmutamine, kuivatamine).

**Aedviljad**

Aedviljade hoidistamine ja säilitamine (külmutamine, kuivatamine).

**Loomad**

Kodu- ja metsloomad, kodu- ja metslinnud. Roomajad, kalad, linnud. Loomariigi mitmekesisus: teistes loodusvööndites elavad loomad.

**Liiklus**

Liikluse margid. Jalakäija ja jalgratturi ohutu liiklemine. Ohutu liiklus. Traumade ennetus, hooajalised traumad. Käitumine traumade puhul. Põhjus-tagajärg seoste loomine. Esmaabi võtted ja abi osutamine (sideme panemine, kreemitamine, külma eseme panemine, plaastri paigaldamine). Oskus pöörduda abi saamiseks tervishoiutöötaja poole. Oma andmete esitamine. Oma seisundi kirjeldamine.

Ühistranspordis piktogrammide ja teabemärkide mõistmine.

Jalgratta, rula, tõukerattaga ohutu liiklemine: turvavarustus, helkurid jms.

**Perekond. Vana aja lood**

Teab endast lähtuvalt oma pereliikmete sugulusastet. Teab oma pere olulisi perekondlikke sündmusi. Perekondlikest seostest aru saamine. Nimetab oma vanust, sünnikuupäeva. Lähisugulaste tundmine (onu, tädi jne).

Erinevas vanuses inimesed, üksteise abistamine.

Peretraditsioonid. Perega ühisüritustel osalemine (isade-, emadepäev, jõulud koolis jms).

Tähtpäevade puhul õnnitlemine. Õnnitluste vastuvõtmine. Poest õnnitluskaardi ja/ või kingituse valimine. Peamised sündmused Eesti ajaloos. Inimtegevus (nt küttimine, korilus, maaharimine jms), ehitised, toit, riietus, transport jms erinevatel ajaperioodidel. Aadressi tundmine / nimetamine. Koduste tööde nimetamine. Vanemate erialade ja töö nimetamine. Enda kirjeldamine fotode abil. Tunneb pereliikmete sünnipäevi. Oma tuleviku planeerimine peale kooli lõpetamist.

### **Emotsioonid**

Rõõm, kurbus, viha, hirm, tõsidus- kuidas ma ennast täna tunnen? Millises tujus on klassikaaslased? Emotsioonide reguleerimine. Andestamine, andeks palumine. Sobiv käitumine lähedaste ja võõrastega. Oma emotsioonide õige väljendamine, põhilised emotsioonid; partnerlus: oskus kuulata, mängida, puhata. Füüsilise kontakti aktsepteerimine, oskus väljendada tundeid ja nendest aru saada.

Enda emotsioonide märkamine ja reguleerimine vastavalt olukorrale.

Enese meeleolu kontroll ja reguleerimine tegevuste abil (muusika kuulamine, kunstilised tegevused, eraldumine jms).

Andestamine, andeks palumine.

### **Ametid**

Jõukohased ametid: koristaja, aedniku/kokaabi, erinevad hooaja- ja abitööd. Erinevate asutuste külastamine (apteek, poed, turud, postkontor jt). Asutustest aru saamine vastavalt nende logodele (apteek, pank, juuksur, polikliinik, raamatukogu, haigla, post, kellasepp, õmbleja jt). Oskus käituda sobival viisil erinevates asutustes. Teenuse küsimine.

Tuttavad elukutsed: müüja, õpetaja, koristaja, kokk, bussijuht, arst, medõde, ehitaja, müüja jms. Nende töökoha, töövahendite ja tööülesannetega tutvumine.

Ema/isa töökoht ja amet. Erinevad tööd ja ametid, mis mulle meeldivad / ei meeldi; mida on vaja teha. Vastutus.

### **Eelarve ja kokkuvõtte**

Raha, selle saamine ja kasutamine: palk, pension, mille peale majapidamises raha kulub, kuidas saab rahakokku hoida -kokkuvõtte projektid (raha, elekter, vesi).

Tundmine ja nimetamine: ID-kaart, pass, pensionitunnistus, sünnitunnistus. Oskus panna oma allkiri dokumentidele.

Raha päritolu: palk, taskuraha, kingitud raha, annetus, taara tagastamine jms. Müntide ja paberraha välimus ja väärtus. Poes ostu sooritamine koosteguvuses. Tutvumine iseteeninduskassadega. Poes kingituste valik sõbrale sünnipäevaks, jõuludeks. Kingituste pakkimine. Reklaamlehtedega tutvumine. Lihtsa eelarve koostamine (nädal, kuu) verbaalsel suunamisel. Kingituse valimine ja ostmine. Erinevate riikide rahaühikud.

### **Vaba aja sisustamine**

Vaba aja veetmise võimalused. Mänguõpetus. Erinevad lauamängud, arvutimängud, seltskondlikud mängud. Osalemine huvialaringides. Hobid, harrastused, sport.

Eestikeelsete instruksioonide kinnitamine: tule siia, istu, tõuse, võtta, anna, tee lahti/kinni, vaata, lähme/mine sööma, pese käed, näita, leia, oota, tööta, korista, värvi, joonista, pane end riidesse/riieta, võtta riidest lahti. Tunneb eesti keeles värve, kehaosi, numbreid, transpordiliike, ametisutusi, aastaaegu, kuid, koolitarkaid. Kasutab kõnes eestikeelseid tervitusi ja hüvasti jätmist, tänulikkust ja vabandust, nõustub ja väljendab eitust.

Igapäevase õppetegevuse osana liikumis- ja sportmängudes, jalutuskäikudel, matkadel osalemine. Liikumispausid koolipäeva osana. Vahetundides, sh õuevahetundides iseseisvalt liikumistegevuste otsimine, kaaslaste kaasamine liikumistegevustesse.

Sport kui harrastus. Vaba aja sisustamine sportlike tegevustega. Koolis- või väljaspool kooli toimuvatel treeningutel osalemine. Spordirajatiste ja ujula kasutamine vastavalt kehtestatud reeglitele. Klassipeo/sünnipäevapeo planeerimine ja organiseerimine. Reisimine. Reisi planeerimine koostegevuses. Transpordi kasutamise võimalused. Päevakava koostamine ja järgimine.

### **Sügiseseid tähtpäevad**

Õpetajate päev, isadepäev, mardipäev, kadripäev, hingedepäev. Kombestik. Talvised tähtpäevad. Jõulud, uusaasta, vastlapäev. Traditsioonid. Jõulupeol esinemine. Kevadised tähtpäevad. Lihavõtted, jüripäev, kevadpüha, emadepäev. Tavad. Kevadpidu. Rahvakalendri tähtpäevade kombed, toit.

### **Aeg**

Ajajaotus: aasta, kuu, nädal, ööpäev, tund, minut, sekund. Aja planeerimine: päeva, nädalategevuse planeerimine. Kalender: kalendris orienteerumise oskus. Kalendrist pidu- ja puhkepäevade otsimine ja nimetamine. Kella tundmine. Ajakavad: tunniplaan, sõiduplaan, TV-kava. Kuude nimetused järjestus ja numeratsioon. Kuude seostamine aastaegadega. Kuupäeva märkimine ja seostamine kalendris. Enda, (pereliikmete ja klassikaaslaste) sünnipäev ja vanus.

### **Talv**

Talvine loodus. Mitmesugused katsed lume ja jääga. Ilma kirjeldamine. Hoolitsemine lindude ja loomade eest.

### **Kevad**

Kevade tunnused. Muld. Mulla harimine. Kevadtööd. Muld kui taimede krunt. Tööd mullaga, väetise lisamine. Mulla kastmine. Inimese mõju mullale. Osalemine hooajalistes töödes. Puhastuteenused. Aiandus. Põllumajandus. Org, tasandik, poolsaar. Matkamine mitmekesisel maastikul.

### **Ülekaalusisus, dieet**

Toidupüramiid. Mitmekülgne toit, vitamiinid. Tervislike eluviiside suunatud järgimine ja kahjulikest harjumustest hoidumine. Puhkepauside suunatud pidamine nutiseadmete kasutamisel.

### **Kodu**

Kodu sisustamine. Maja ja korteri number. Korrus. Koduse aadressi kirjutamine, ütlemine. Turvalisus: kellele võib vastavat teavet edastada. Oma kodulinna paberkaart ja digitaalne kaart, olulisemate kohtade leidmine sellelt (kodu, kool jms). Digitaalse kaardi abil teekonna planeerimine. Plaan. Kodulinna plaan, oluliste objektide leidmine plaanilt. Orienteerumismängud kodulinnas/linnaosas.

### **Suvi**

Suve tunnused. Suvised pühad. Suveplaanid. Rõivastuse ja jalatsite suunatud valik vastavalt ilmale ja tegevusele.

### **Elus ja eluta loodus**

Elus ja eluta looduse osadja tunnused. Looduskaitse/keskkonnakaitse. Muutused looduses vastavalt aastaajale. Elus ja eluta looduse mõju inimesele. Looduse hoidmine ja maavarade säästlik kasutamine. Keskkonnareostuse äratundmine (nt reostunud veekogu, metsa alla visatud prügi), sellest teavitamine, selle vältimine. Tutvumine reostamise tagajärgedega ümbritsevas looduse ja videomaterjali abil.

### **Eestimaa**

Lipp ja vapp. Hümn. Rahvuslind, -lill, -kivi. Rahvariided. Kaart. Kaardi värvid, tingmärgid, kaardi lugemine. Eestimaa kaart: maakonnad, suuremad linnad, jõed, järved, kõrgustikud, mäed, saared. Mõningad Euroopa riigid. Mõiste *välismaa*. Tallinna ja riigi vaatamisväärsuste äratundmine. Riiklike ja rahvapidude tundmine. Eestimaa tuntumate inimeste tundmine fotodel (riigipea, sportlased, kuultuuritegelased, lauljad). Õpilaste poolt külastatud linnad jm asulad. Eesti naaberriigid. Naaberriikide rahvad, keel ja rahvussümboolika. Digitaalse kaardi kasutamine.

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Ookeanidele, maismaale, jõgedele, järvedele, asulatele osutamine erinevatel kaartidel.</p> <p>Leppemärgid digitaalsel kaardil: pood, kohvik, kool, park, haigla, peatus jne.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <p><b>Erinevad rahvused</b></p> <p>Erinevad rahvused ja rassid. Erisuste märkamine ja aktsepteerimine. Naaberriikide näitamine ja nimetamine kaardil.</p> <p>Kaart. Geograafiline Eesti, Euroopa ja maailma kaart: vaatlemine, võrdlemine.</p> <p>Eestimaa leidmine Euroopa ja maailma kaardilt. Õpilaste jaoks olulised Euroopa ja maailma riigid.</p> <p>Leppevärvused ja -märgid kaardil.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <p><b>Vesi</b></p> <p>Vee leidumine looduses, tähtsus, kaitse. Vee omadused. Vee olekud. Sademete liigid. Vee oleku muutuse seos temperatuuriga.</p> <p>Õhk: Selle tähtsus. Demonstratsioonkatsed õhu leidumisest meie ümber. Õhusoojus: soe õhk, palav õhk, külm õhk, jahe õhk. Õhusoojus erinevatel aastaegadel, temperatuuri mõõtmine. Puhasõhk ja saastatud õhk. Õhu puhtuse tagamine ruumides. Saastatud õhu allikad.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <p><b>Termomeeter ja temperatuur</b></p> <p>Temperatuuriskaala. Õhu- ja veetemperatuuri mõõtmine. Ilmateade. Vee, õhu, mulla temperatuuri erinevused vastavalt aastaaja- ja ilmale. Ilmaportaali internetis.</p> <p>Termomeetrinäidu märkimine tabelisse. Ilmateadete vaatamine ja kuulamine, töö seal antud teabega.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <p><b>Aastaajad</b></p> <p>Aastaring looduses, tegevused eri aastaegadel. Sobiva riietuse valimine vastavalt aastaajale.</p> <p>Aastaegade vaheldumine, aastaegade vaheldumise põhjused.</p> <p>Päeva pikkus erinevatel aastaegadel, selle põhjused.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <p><b>Toataimed</b></p> <p>Toataimede kasvatamine: valgus, temperatuur, niiskus. Toataimede kasutamine ruumide kujundamisel. Toataimed kui õhupuhastajad. Hoolitsemine: lehtedelt tolmu pühkimine, lehtede pesemine, lillepottide paigutamine aknalaudadele, kastmine, ümberistutamine, väetamine.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <p><b>Putukad</b></p> <p>Tähtsus looduses. Putukate kasulikkus inimesele. Putukahammustused, esmaabi.</p> <p>Putukad: tähtsus looduses. Putukate kasulikkus inimesele. Mesilane, mesilaste pidamine.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <p><b>Kalad</b></p> <p>Välised tunnused, elupaik, Eesti kalaliigid. Kalade kasulikkus inimesele.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <p><b>Roomajad</b></p> <p>Välised tunnused, elupaik, ohud. Esmaabi rästiku hammustuse puhul.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <p><b>Linnud</b></p> <p>Välised tunnused, levinumad linnuliigid, elupaigad, tähtsus.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <p><b>Inimene</b></p> <p>Luustik. Skeleti ülesanded ja põhiosad. Lihased. Lihaste kinnitumine luudele. Kehaliste harjutuste ja füüsilise töö tahtsus. Rüht. Rühvigade vältimine. Süda, veri ja veresoone. Südame töö. Pulss. Südameseiskumine. Esmaabi verejooksude puhul. Nahk. Naha tähtsus. Juuksed ja küüned: kasvamine ja hooldamine. Hingamine. Hingamistervishoiu põhinõuded. Tervislik toitumine. Seedimine. Erituselundkond. Isiklik hügieen. Kahjulike harjumuste mõju organismile (suitsetamine, alkoholi jms tarvitamine).</p> <p>Ohtlike olukordade nimetamine. Karastamise võimalused. Silmade tervis ja hoolitsemine nende eest. Kõrvade tervis ja hoolitsemine nende eest. Oskab nädatasiseelundite asukohta ja nende nimetab nende tähtsust (süda, magu, neerud, maks, kopsud, aju).</p> |

Suguorganid, nende ülesanne. Suguorganite hügieen. Seksuaaltervis. Seksuaaleluga seonduvad ohud, nendest hoidumine. Rasestumine ja sellest hoidumise võimalused. Rasedus, sünnitamine. Inimeste elukaar. Inimese arenguetapid sünnist surmani. Enda vanuse teadmine. Võrdlemine *noorem-vanem*. Teadmine kehalistest muutustest lapse- ja nooruki-, täiskasvanu- ja vanurieas. Muutused inimese kehas elutsükli jooksul.

### **Ohtude vältimine**

Telefoni kasutamine. Hädaabi number 112, vajaliku info edastamine. Ravimite, olmekeemia, süttavate ja elektriliste esemete turvaline kasutamine. Käitumine tulekahju korral. Ohutu käitumine liikumismängude ajal, spordiüritustel ja õues.

### **Hoiatus- ja teabemärkide mõistmine**

Olmekeemia märgid, pesumärgid, triikraua reguleerimine jne. Tunneb hoiatus- ja teabemärke, oskab vastavalt nendele sobival viisil käituda. Riiete ja jalanõude valimine vastavalt vajalikule suurusele. Riiete sedelilt kogutud info õigeks pesupesemiseks, triikimiseks.

Ühistranspordis piktogrammide ja teabemärkide mõistmine. Linnaruumis orienteerumine liiklusmärkide abil, hoonete sees orienteerumine infomärkide abil. Mõisted siltidel "parim enne", "kõlblik kuni", toidu valimine nendest lähtuvalt.

### **Armastus**

Sõprus. Seksuaalelu, ohud, rasedus. Pulmad.

Oma tunnete väljendamisoskus ja teistest aru saamine, kontakti loomine teiste inimestega. Seksuaalse väärkohtlemise ennetamiseks õige käitumine. Mina kui täiskasvanu (täiskasvanu õigused ja kohustused; perekonna ja käitumiskultuuri reeglid, naise ja mehe rollid, perekonnaliikmete funktsioonid). Seksuaalvajaduse rahuldamine ühiskonnas aktsepteeritud viisil. Pingete langus läbi tantsu ja liikumist.

Suguorganid, nende ülesanne. Suguorganite hügieen. Seksuaaltervis. Seksuaaleluga seonduvad ohud, nendest hoidumine. Rasestumine ja sellest hoidumise võimalused. Rasedus, sünnitamine.

Sõprus- ja lähedussuhted. Üksteisele meeldimine, armumine, oma tunnete avaldamise võimalused, teiste tunnete (sh vastamata armastuse) aktsepteerimine ja nendega toimetulemine.

Kooselu. Abiellumine. Lahutamine.

### **Loodusvara**

Loodusvara/maavara. Maavarade tähtsus inimese elus. Enam kasutatavaid maavarasid: savi, liiv, turvas, põlevkivi, paekivi visuaalselt ja kompimise teel. Maavarade kasutamine tööstuses ja igapäevases elus.

Võimalused reostuse vähendamiseks: taaskasutus, plastiknõude, kilekottide jms kasutamise vähendamine.

Prügi sorteerimine: paber/papp, biojäätmeklaas, plast- ja metallpakend, joogikartong, patareid, vanad lambid, vanad (mustad) riided.

Puhta riidetuste/jalanõude/mänguasjade vms taaskasutamine, annetamine, konteineritesse/taaskastuskeskustesse viimine.

### **Mets**

Metsa tähtsus. Taimedevahelised seosed metsas. Meil esinevaid metsatüüpe.

Metsatööd: puude langetamine, väljavedu, metsa istutamine. Metsatöömasinad. Puu, pöösas, puhmas, rohhtaim, sammal, samblik. Ühe- ja mitmeaastased taimed.

### **Universum**

Taevakehad. Päike ja tema tähtsus elule Maal. Planeet Maa. Maa pöörlemine ja tiirlemine timber Päike (ööpäev, aastaajad). Maa kaaslane Kuu. Kosmoselennud. Gloobus. Eesti asukoha leidmine ja märkimine gloobusel.

Maailmaruum. Kosmos ja maailmaruum, planeetide nimetused.

Elu tekkimine Maal.

### **Plaanid pärast kooli lõpetamist**

Erinevad ametid: koristaja, aedniku- ja kokaabi jne. Tutvumine kutseõppeasutuste, päevakeskuste ja tugikeskuste võimalustega. Rollimängud: töövestlused, tööle kandideerimine. Töökuulutuste portaalidest ja ajalehtedest töökuulutuste otsimine ja lugemine. Lihtsa CV koostamine. Enda abivajaduse märkamine ja abi küsimine.

## **Õpitulemused III arengutaseme lõpuks:**

Õpilane:

- tuleb enamasti toime igapäevaaskestega;
- kasutab enamasti meeldetuletuseta viisakussõnu;
- oskab lugeda hoiatus- ja teabemärke;
- oskab hinnata tegevusi: õige- vale, meeldib-ei meeldi, peab-teen, tahan-ei tohi;
- teadvustab endale hetkeemotsiooni;
- tunneb nädalapäevi, aastaegade tunnuseid, oskab kirjeldada ilma ning riietub vastavalt sellele, oskab vaadata termomeetrilt temperatuuri;
- orienteerub abiga kalendris, tunniplaanis, sõiduplaanis;
- tunneb kella;
- teab oma aadressi, nimetab Eesti suuremaid linnu, saari, ka õpitud välisriike;
- tunneb riigi sümbolikat;
- omab algteadmisi inimese organismist, täidab hügieeninõudeid, teab tervisliku eluviisi algtõdesid;
- omab teadmisi elus/eluta loodusest;
- omab teadmisi rahvakalendri suurematest tähtpäevadest;
- oskab oma aega sisustada meelepärase tegevusega;
- oskab hoiduda ohtudest, ohtude tekkimisel abi kutsuda, ka telefoniga;
- osaleb füüsilist aktiivsust vajavates tegevustes;
- oskab käsitleda raadiot, telerit, arvutit;
- oskab teha jõukohast tööd ja kasutada tuttavat tööriista;
- hoiab korras oma asjad ja lähema ümbruse;
- teeb vahet oma- võõras- meie asjadel.
- teab, oskab leida ja kasutada vajaliku infot isiklikest dokumentidest, kasutab igapäevaelus vajaminevaid isiklike dokumente;
- teab oma pere olulisi perekondlikke sündmusi ja sõprade sünnipäevi;
- teab endast lähtuvalt oma pereliikmete sugulusastet, nende ja lähedaste ametit;
- teab oma rahvust ja kodakondsust, oma põhiõigusi ja kohustusi;
- planeerib suunamisel tulevast elukohta;
- teab inimese elukaart, on teadlik kehalistest muutustest lapse- ja nooruki-, täiskasvanu- ja vanurieas;
- hoolitseb enda välimuse ja puhtuse eest;
- teeb endale toidu valimisel tervislikke valikuid;
- on teadlik ja annab vajaduse korral teada enda tervislikust seisundist;
- tuleb toime enese teenindamisega;
- märkab ja abistab teisi igapäevatoimingutes.

### **Kasutatud allikad**

- Metoodilised juhendmaterjalid ja töölehed teemade Mina. Inimese organism. Tervislikud eluviisid. Emotsioonid. Sõprus. Perekond. Kodu. Ametid ja tööharjumus. käsitlemiseks.
- Lill, M. Palgi, K. MINA. <https://hev.edu.ee/229-2> / Tüürpu, M. Inimene I. <https://hev.edu.ee/225-2/> Tüürpu, M. Inimene II. <https://hev.edu.ee/224-2/>
- Tüürpu, M. Valik elu- ja toimetulekuõppe teemakäsitlusi. <https://toimetulekuope.wixsite.com/eluopetus>

- Metoodilised juhendmaterjalid ja töölehed teema Eestimaa, eesti keel, eesti rahvus ja kombed. käsitlemiseks.
- Tärnpu, M. Inimene III. <https://hev.edu.ee/223-2/>
- Tärnpu, M. Valik elu- ja toimetulekuõppe teemakäsitlusi. <https://toimetulekuope.wixsite.com/eluopetus>
- Metoodilised juhendmaterjalid ja töölehed teema Raha. Raha otsatarve ja kasutamine. Eelarve ja kokkuhoid. käsitlemiseks.
- Leht, S. Matemaatika töölehtede komplekt IV. Kaal. Raha. Kell. <https://hev.edu.ee/165-2/>
- Tärnpuu, M. Valik elu- ja toimetulekuõppe teemakäsitlusi. <https://toimetulekuope.wixsite.com/eluopetus>
- Muuseumikülastused. Eesti Tervisemuuseum <https://tervisemuuseum.ee/haridus/muuseumitunnid/>
- Dramatiseeringute kasutamine õppetöös. *Õppetöö mitmekesistamiseks ja mängulisemaks muutmise heaks võimaluseks on dramatiseeringute kasutamine. Dramatiseeringutes võib kasutada aplikatsioone, käpiknukke või anda lastele rollid, mida etendada. Kodu teema käsitlemisel on sobiv.*
- Metoodilised juhendmaterjalid ja töölehed teema Käitumine. käsitlemiseks. Tärnpu, M. Inimene I. <https://hev.edu.ee/153-2/>
- Metoodilised juhendmaterjalid ja töölehed teema Mänguõpetus. käsitlemiseks.
- Tärnpu, M. Inimene I. <https://hev.edu.ee/225-2/>
- Tärnpu, M. Inimene III. <https://hev.edu.ee/223-2/>
- Tärnpu, M. Valik elu- ja toimetulekuõppe teemakäsitlusi. <https://toimetulekuope.wixsite.com/eluopetus>
- Tärnpu, M. Inimene II. <https://hev.edu.ee/224-2/>
- Tärnpu, M. Inimene III. <https://hev.edu.ee/223-2/>
- Tärnpu, M. Valik elu- ja toimetulekuõppe teemakäsitlusi. <https://toimetulekuope.wixsite.com/eluopetus>
- Metoodilised juhendmaterjalid ja töölehed teema Kell. käsitlemiseks. Leht, S. Matemaatika töölehtede komplekt IV. Kaal. Raha. Kell. <https://hev.edu.ee/227-2/>
- Tärnpu, M., Plado, K. Loomariik I osa. Imetajad. <https://loomariik50.wixsite.com/oppematerjal>
- Tärnpu, M., Leht, S. Loomariik II osa. Linnud. Putukad. Kalad. Roomajad. Kahepaiksed. <https://ttmaterjal.wixsite.com/loomariikteine>
- Tärnpu, M. Elus ja eluta loodus. Õppematerjal toimetulekukoolide elu- ja toimetulekuõppe tundideks. <https://toimetulekuope.wixsite.com/eluopetus>
- Tärnpu, M. Valik elu- ja toimetulekuõppe teemakäsitlusi. <https://toimetulekuope.wixsite.com/eluopetus>
- Tärnpu, M. Inimene I. <https://hev.edu.ee/225-2/> Tärnpu, M. Inimene II. <https://hev.edu.ee/224-2/>
- Leht, S. Matemaatika töölehtede komplekt IV. Kaal. Raha. Kell. <https://hev.edu.ee/227-2/>
- Lill, M., Palgi, K. Inimeseõpetuse töölehtede komplekt „Mina“. <https://hev.edu.ee/229-2/>
- Tärnpuu, M. Elu- ja toimetulekuõppe töölehed "Inimene I" (II-III arengutase). <https://hev.edu.ee/225-2/>
- Tärnpuu, M. Elu- ja toimetulekuõppe töölehed „Inimene II“ (II-III arengutase). <https://hev.edu.ee/224-2/>
- / Tärnpuu, M. Elu- ja toimetulekuõppe töölehed „Inimene III“ (II-III arengutase). <https://hev.edu.ee/223-2/>
- Tärnpu, M., Plado, K. Loomariik I osa. Imetajad. <https://loomariik50.wixsite.com/oppematerjal>

- Tärnpu, M., Leht, S. Loomariik II osa. Linnud. Putukad. Kalad. Roomajad. Kahepaiksed. <https://ttmaterjal.wixsite.com/loomariikteine>
- Tärnpuu, M. Elus ja eluta loodus. <https://e-koolikott.ee/et/oppematerjal/29861-Elus-ja-eluta-loodus>
- Tärnpuu, M. Valik elu- ja toimetulekuõppe teemakäsitlusi. <https://e-koolikott.ee/et/oppematerjal/27973-Valik-elu-ja-toimetulekuoppe-teemakasitlusi>
- Looduse bingo:  
<https://media.voog.com/0000/0040/7437/files/Looduse%20bingo%202.pdf>
- Nerman, M. Aeg ja sellega seotud mõisted.
- <https://e-koolikott.ee/et/oppematerjal/7307> Aeg-ja-sellega-seotud-moisted Nõmme, A., Joost, K. Looduse sõbra töövihik. <https://e-koolikott.ee/et/oppematerjal/7341-Looduse-sobra-toovihik>
- Päästeamet. Talvine veeohutus. <https://e-koolikott.ee/et/oppematerjal/7233-Talvine-veeohuts> , <https://veeohutus.ee/talv/lastele/>
- Tallinna Meelespea Lasteaed. Õppematerjal teemadel: Taaskasutus ja loodushoid. Juur- ja puuviljad. Loodusõpetus. Loomad. Linnud. Vesi ja kalad. <https://meelespealasteaiameeskond.wordpress.com/loodus-linnud-ja-loomad> / Tervis ja terviseteadlikkus läbi toitumis- ja liikumismängude. TAI. [https://intra.tai.ee/images/prints/documents/130451413412\\_Tervis\\_ja\\_terviseteadlikkus\\_labi\\_toitumis\\_ja\\_liikumismangu\\_de\\_est.pdf](https://intra.tai.ee/images/prints/documents/130451413412_Tervis_ja_terviseteadlikkus_labi_toitumis_ja_liikumismangu_de_est.pdf)
- Töölehed, õppekaardid, tegeluskaardid: <https://lastega.ee/index.php/et/k2ev/item/10935-tasuta-toeoelehed-lastele>

# KUNST JA KÄELINE TEGEVUS

## 1. Kunsti ja käelise tegevuse aine õppetegevuse kirjeldus ja õpetuse eesmärgid

Kunsti ja käelise tegevuse eesmärgiks on õpilases huvi äratamine kunstiliste tegevuste vastu ning tema loomingulisuse toetamine. Kunsti ja käelise tegevuse tundide abil tuuakse õpilase ellu rõõmu ja mängulusti, millega kaasneb käeliste oskuste ja vilumuste arendamine.

Kujundatakse õpilase soovi ise midagi luua. Õpilast ärgitatakse kunsti ja käelise tegevuse kaudu väljendama oma emotsioone, individuaalsust ja loovust. Arendatakse õpilaste väljendusoskust. Õpilast suunatakse vaatlema ümbritsevat keskkonda ja selles olevaid esemeid ning objekte, märkama olulisi tunnuseid ning nähtut erinevaid tehnikaid ja materjale kasutades kujutama.

Kunst ja käeline tegevus on lõimitud teiste õppeainete teemadega ning on praktilise ja kõnearendusliku suunitlusega.

Õpitakse ja harjutatakse praktiliseks tööks vajalike liigutuste sooritamist. Kujundatakse arusaamist töö lõpuleviimise tähtsusest. Õpilast suunatakse kasutama töövahendeid ja -materjale eesmärgipäraselt, ohutult ja säästvalt.

Õpilastega külastatakse näitusi, muuseume ja neile tutvustatakse rahvakunsti.

Õppe tulemusel kujuneb inimene, kes tunneb rõõmu oma kunstilisest tegevusest ja selle lõpptulemusest, tunneb huvi kunstiteoste ja Eesti kultuuripärandi vastu, väärtustab enda ja kaasinimeste loomingut.

## 2. Üldpädevuste kujundamine kunsti ja käelise tegevuse aines

Toimetulekuõppes käsitatakse pädevust kui võimetekohaste teadmiste, oskuste ja hoiakute kogumit, mis tagab suutlikkuse teatud tegevusalal või valdkonnas toime tulla. Kunsti ja käelise tegevuse aine õpetamine toetab õpilastel õppekava läbivate taotletavate kohandatud üldpädevuste kujunemist.

Kunsti ja käelise tegevuse soovituslikus ainekavas on õpitulemuste saavutamiseks kirjeldatud tegevusi järgmistes teemavaldkondades:

1. Kujutamissoetus.
2. Värvusõpetus.
3. Materjaliõpetus.
4. Tarbekunst ja dekoratiivne kompositsioon.
5. Tehnikate õpetus.
6. Voolimine.
7. Paberi- ja papitööd.
8. Tekstiilitööd.
9. Muud materjalid.
10. Tehniline modelleerimine.
11. Teemaatilised tööd.
12. Ohutusnõuded ja tööpaik.

Loetletud teemavaldkondade tegevuste lõimimise kaudu õppetegevuses ja igapäevaste tegevuste raames kujunevad õpilastel õppekava läbivad üldpädevused.

### **Kultuuri- ja väärtuspädevus**

Kunsti ja käelise tegevuse tundides õpivad õpilased loomingus väljendama enda mõtteid ja tundeid. Teiste õpilaste töödega tutvumine kujundab arusaamist inimeste eripäradest, õpilased õpivad kaaslaste tegevusse, sh loomingusse, lugupidavalt suhtuma. Kunsti ja käelise tegevuse tundides tutvuvad õpilased Eesti kultuuripärandiga külastades muuseume ja näitusi. Õpilased õpivad erinevaid vahendeid ja tehnikaid kasutades looma ja kujundama rahvuslikke tarbeesemeid. Õpilased õpivad hindama ja väärtustama nii rahvuslikku kui kaasaegset loomingut.

### **Sotsiaalne ja kodanikupädevus**

Ühises loomingus osalemise läbi õpivad õpilased arvestama nii enda kui kaaslaste mõtete ja soovidega. Õpilastes kujundatakse jõukohaseid tööoskusi ja -harjumusi, suunatakse kinni pidama ohutusnõuetest. Õpilased saavad aru alustatud töö lõpuleviimise tähtsusest.

### **Enesemääratluspädevus**

Individuaal-, paaris- ja rühmatöodes, õppekäikudel jms osaledes kujuneb õpilastel arusaamine iseendast ja kaaslastest. Kunstilise loomingu ja käsitöö kaudu õpivad õpilased mõistma ja aktsepteerima enda ja kaaslaste erinevusi. Praktilistes kunstitegevustes osaledes õpivad õpilased aru saama enda ja kaaslaste abivajadusest, nad õpivad abi küsima ja kaaslaste vajadusel abistama. Õpilased õpivad käsitlema erinevaid kunstivahendeid ja lihtsaid tööriistu kogedes ohutusnõuete täitmise olulisust vahetu praktilise kogemuse läbi, nt kasutades nõela õmblemisel ja tikkimisel saab laps aru, et nõel on terav. Kunsti ja käelise tegevuse töödes saab kajastada tervisliku toitumise ja liikumisõpetuse põhimõtteid kinnistades arusaamist tervislike eluviiside olulisusest.

### **Õpipädevus**

Õpilasi kaasatakse võimetekohaselt kunsti ja käelise tegevuse tööde kavandamisse, suunatakse alustatud tööd lõpule viima ja teostama enesekontrolli, nt võrdlema enda tööd näidise või kavandiga. Õpilasi suunatakse kasutama omandatud elulis-praktilisi lugemis- ja kirjutamisoskusi ning matemaatilisi oskusi kunsti ja käelise tegevuse raames - õpilased loevad piltide, skeemide, tekstina vms esitatud juhendeid kunstitööde loomiseks, kasutavad loomingus omandatud suurusmõisteid, kirjutavad töödele enda nime, pealkirja jms.

### **Suhtluspädevus**

Suhtluspädevuse arengut toetavad kunsti ja käelise tegevuse käigus kujunevad elulised suhtlussituatsioonid. Õpilaste kõne ja /või alternatiivsete väljendusvahendite mõistmise ning oma soovide ja seisukohtade väljendamine toimub läbivalt kunsti ja käelise tegevuse tundide raames. Õpilased õpivad kuulama, mõistma ja järgima õpetajapoolseid juhiseid, selgitusi jms. Ühise kunstitegevuse raames õpivad õpilased suhtlema kaaslastega, väljendama enda soove, tundeid ja mõtteid, küsima ja pakkuma abi. Õpilaste suhtlusakte tuleb toetada ning suunata neid üha enam osalema vestlustes, kirjeldama enda töid ja avaldama oma arvamust.

### **Matemaatika-, loodusteaduste ja tehnoloogiaalane pädevus**

Kunsti ja käelise tegevuse tundide raames suunatakse õpilasi vaatlema ümbritsevat keskkonda, loomingu kaudu õpivad nad tundma ja hoidma loodust. Õpilased õpivad tundma ja kasutama nii looduslikke kui tehismaterjale. Õpilasi suunatakse materjale säästlikult kasutama. Tutvustakse taaskasutuse põhimõtteid nii kunstiteoste kui tarbekunsti esemete loomisel. Õpilasi suunatakse kasutama omandatud matemaatikaalaseid oskusi ja teadmisi, nt oskus mõõta erinevate mõõtvahendite abil (mõõtepulk, nõör, joonlaud jms), oskus kasutada joonlauda sirgjoone tõmbamiseks, oskus loendada erinevaid detaile jms.

### **Ettevõtlikkuspädevus**

Õpilased tunnevad rõõmu ja saavad eduelamuse huvipakkavas ja jõukohases kunstilises tegevuses osalemisest. Õpilaste huvidest lähtuvad kunstitööd innustavad tegutsema ja suunavad iseseisvalt ümbritsevat keskkonda avastama ning kogetut loomingus väljendama. Kunsti ja käelise tegevuse tundides omandavad õpilased praktilise töö tegemise kogemused ja oskused. Nad õpivad tundma ja kasutama erinevaid materjale ja töövahendeid. Pikemaajalistes kunsti- ja käsitööprojektides osaledes õpivad õpilased alustatud tööd lõpule viima.

### **Digipädevus**

Kunsti ja käelise tegevuse tundide mitmekesistamiseks kasutatakse õpilasele arusaadavaid ja jõukohaseid infotehnoloogilisi vahendeid. Igapäevase õppetegevuse osana suhtlemisvõimaluste loomiseks kasutatakse vajadusel õpilase arengutasemele vastavat kommunikaatorit.

## **3. Kunsti ja käelise tegevuse aine lõiming õppekava läbivate teemadega**

Õppekava läbivad teemad on üld- ja valdkonnapädevuste ning erinevate õppeainete lõimingu vahendiks. Õppekava läbivaid teemasid arvestatakse toimetulekuõppel oleva õpilase eripärasid arvestava ning toimetulekuõppe metoodikast lähtuva kohandatud õppimist ja arengut toetava koolikeskkonna loomisel. Läbivad teemad on aineülesed ja käsitlevad ühiskonnas olulisi valdkondi, mis läbi kujuneb õpilasel ettekujutus ühiskonna kui terviku toimimisest ning arengust. Õpilasel kujuneb oskus vastavalt oma võimetele omandatud oskusi ja teadmisi elulis-praktilistes olukordades rakendada. Õppekava läbivad teemade käsitlemine toimub kõikides kunsti ja käelise tegevuse aine teemavaldkondades.

### **Elukestev õpe ja karjääri kujundamine**

Huvipakkuva ja jõukohase kunsti ja käelise tegevuse kaudu areneb õpilastes huvi ümbritseva keskkonna esemete ja nähtuste vastu ning soov osaleda erilaadsetes kunstitegevustes. Õpilastel kujuneb positiivne hoiak õppimise ja lihtsa töö tegemise suhtes, kujunevad õpi- ja tööoskused. Õpilasi suunatakse tajuma ja mõistma enda võimeid. Kujunevad oskused ja harjumus eesmärgi saavutamiseks järjepidevalt ennast arendada. Õpilased arvestavad tegutsemisel kokkulepitud reeglitega, alluvad distsipliinile ja on valmis tegutsema eesmärgi saavutamise nimel. Õppekäikudel saavad õpilased tutvuda erinevates asutustes, nt päevakeskustes vms, tehtava jõukohase käsitöö tegemise võimalustega.

### **Keskkond ja jätkusuutlik areng**

Teema käsitlemine toimub kunsti ja käelise tegevuse raames saadavate kogemuste kaudu. Linnaruumis ja looduskeskkonnas liikudes kogevad õpilased igapäevaelu nähtusi, tehis- ja looduskeskkonda. Õpilasele mõistetavatest praktilistest kunstilistest ja käelistest tegevustest lähtuvalt tutvustatakse loodushoiu ja inimeste jätkusuutliku tegutsemise põhimõtteid. Õpilased tutvuvad erinevate looduslike ja tehismaterjalidega, õpivad neid eristama ja sorteerima. Õpilasi suunatakse materjale säästlikult kasutama. Olulisel kohal loomingus on taaskasutuspõhimõtete järgimine, nt taaskasutusprojektid loovtööna, kaltsuvaipade kudumine jms.

### **Kodanikualgatus ja ettevõtlikkus**

Kunst ja käelise tegevuse kaudu omandab õpilane oskused kavandada ja teostada enda ideid. Õpilasel kujuneb positiivne suhtumine praktilistesse, sh töölaadsetesse tegevustesse. Õpilasi suunatakse kaaslastele enda loomingut tutvustama, osalema kunstiprojektides ja neid suunamisel algatama. Kaaslastega koos paaris- ja rühmatöid tehes omandavad õpilased esmased koostööoskused. Õpilased osalevad enda töödega õpilastööde näitustel,

võtavad osa kunstivõistlustest. Õppetöö osana külastatakse erinevaid kunstinäitusi nii avalikus ruumis kui näitusesaalides ja muuseumides.

### **Kultuuriline identiteet**

Kunsti ja käelise tegevuse tundides tutvuvad õpilased Eesti kultuuripärandiga. Muuseumitundides õpivad õpilased tundma eestlaste eluolu läbi erinevate ajastute kuni tänapäevani välja. Õpilased näevad eestlaste erinevaid kodusid, riideesemeid, sh rahvarõivaid, mänguasju, tööriistu jms. Õpilasi suunatakse looma nii eesti kui teiste rahvaste rahvakunstist inspireeritud kunstitöid ja tarbeesemeid. Eesti ja teiste rahvaste kultuuripärandiga tutvudes kujuneb õpilastel rahvusliku kuuluvuse tunne ning positiivne suhtumine erinevustesse inimeste ja kultuuride vahel.

### **Teabekeskond ja meediakasutus**

Õpilasi suunatakse leidma ja mõtestama ümbritsevas keskkonnas olevat eelkõige visuaalselt esitatud teavet, sh ruumikujunduselemente, pilte, silte jms. Õpilane õpib kunstilistes tegevustes orienteerumisel ja nende sooritamisel kasutama piltide, siltide, märksõnadena, skeemidena vms esitatud tööjuhiseid. Õpilast suunatakse vaatama pildi- ja kunstiraamatuid, külastatakse virtuaalnäitusi.

### **Tehnoloogia ja innovatsioon**

Erinevate kunsti ja käelise tegevuse teemavaldkondade raames saab kasutada õppetegevuse mitmekesistamiseks erinevaid õpilaste arengule vastavaid seadmeid, digikeskkondi ja rakendusi. Kui õpilane kasutab verbaalset kõnet toetavat või asendavat digivahendit tuleb õpilast suunata seda järjepidevalt kasutama õppetegevuses. Kasutusel olevat AAC vahendit tuleb tutvustada kõikidele õpilasega tegelevatele täiskasvanutele ja kaasõpilastele.

### **Tervis ja ohutus**

Läbivalt toimub kunstilise ja käelise tegevuse raames ohutus- ja hügieeniteemade käsitlemine. Õpilasi suunatakse võimalikult adekvaatselt hindama enda võimeid, ohutult käsitlema kunsti- ja töövahendeid, arvestama vahendite kasutamisel kaaslastega jne. Õpilasi suunatakse teadlikult kasutama vajalikke töökaitsevahendeid. Õpilastel kujundatakse teadmised ja oskused ohtude märkamiseks, ohtudest hoidumiseks ning enda ja teiste abivajaduse märkamiseks ning abi kutsumiseks. Kunsti ja käelise tegevuse raames kujundatakse õpilastel teadmised ja oskused hoolitseda isikliku hügieeni eest ja jälgida töökoha puhtust ning korda.

### **Väärtused ja kõlblus**

Toimetulekuõppes on õpilaste õpimotivatsiooni tõstmise seisukohalt määrava tähtsusega õpilase ja õpetaja positiivne ühistegevus. Selleks, et õpilased väärtustaksid kunsti ja käsitööd, peab õpetaja olema õpilastele eeskujuks positiivse suhtumisega kunstilistesse tegevustesse, sh laste loomingusse. Kunsti ja käelise tegevuse kaudu õpivad õpilased tundma iseennast, märkama enda ja kaaslaste emotsioone ning nende väljendamise võimalusi kunstiliste tegevuste kaudu. Ühiste tegevuste, sh õppekäikudel osalemise kaudu kujunevad õpilastel suhtlemisoskused ja positiivsed väärtushinnangud. Õpilastega külastatakse kunstinäitusi ja muuseume, analüüsitakse ühiselt nähtud taieseid.

## **4. Kunsti ja käelise tegevuse aine lõiming teiste õppeainetega**

Kunsti ja käelise tegevuse kaudu toimub teistes õppeainetes omandatud oskuste ja teadmiste kinnistamine.

Õppetsüklite kirjeldusi koos omandatu kinnistamiseks mõeldud kunsti ja käelise tegevuse tööde juhenditega leiab siit <https://hev.edu.ee/229-2/>

Kunsti ja käelise tegevuse raames kujundatakse õpilaste esmaseid tööoskusi, õpilased tutvuvad erinevate tööriistadega ja ohutusnõuetega nende käsitlemisel.

Kunsti ja käelise tegevuse aineksest võib tuleneda õppetegevuse temaatilise planeerimise korral õppetsükli teemavaldkond. Kunsti ja käelise tegevuse tööd võivad olla projektipõhise õppe õpiväljundiks või loovtöoks (vt [Tegevusele suunatud õpetus. Projektipõhine õpe](#)).

### **Kunst ja käeline tegevus ja emakeel**

Kunsti ja käelise tegevuse aine teemade käsitlemisel ja praktilises tegevuses kasutab õpetaja õpilaste kõnest arusaamise tasemele vastavaid verbaalseid ja alternatiivseid suhtlusvahendeid. Õpilasi suunatakse aktiivselt kasutama olemasolevaid verbaalseid ja/või alternatiivseid suhtlusvahendeid, vajadusel verbaliseerib õpetaja õpilaste tegevust. Laiendatakse käsitletavate teemavaldkondade kaupa õpilaste passiivset ja aktiivset sõnavara. Õpilasi suunatakse osalema loomulikes suhtlussituatsioonides, küsima küsimusi ja avaldama oma arvamust. Õpilased kirjeldavad suunavate küsimuste ja pildimaterjali abil enda ja teiste kunstitöid, emotsioone, mis tekkisid loometöö käigus ning valmis töid vaadates. Õpilased loevad piltide, skeemide, jooniste või tekstina esitatud tööjuhendeid, kirjutavad kunstitöödele enda nime, töö pealkirja jms.

### **Kunst ja käeline tegevus ja matemaatika**

Kunsti ja käelise tegevuse ja matemaatika õpetus on tihedalt lõimunud. Omandatud matemaatikaalaseid oskusi ja teadmisi saavad õpilased kasutada kunstitööde loomisel. Arusaamine enda kehapildist, sh näost ja näoosadest on aluseks kujutamise- ja lihtsa joonistamisoskuse kujunemisele. Objektide erinevate tunnuste tundmaõppimine, nt suurus, kuju, struktuur, on aluseks käelise tegevuse tööde detailide rühmitamisele, materjalide sorteerimisele jms. Loendamise- ja rühmitamisoskust ning jadade moodustamist saavad õpilased kasutada mustrite kujundamisel ja tarbekunstiesemete dekoreerimisel. Kunsti ja käelise tegevuse tööde loomisel on olulise tähtsusega oskus kasutada joonlauda ja teisi mõõte vahendeid nii joonte tõmbamiseks kui mõõtmisel.

### **Kunst ja käeline tegevus ja elu- ja toimetulekuõpe**

Kunsti ja käelise tegevuse tööde abil kinnistatakse elu- ja toimetulekuõppe aines omandatud teadmised ja oskused. Kunsti ja käelise tegevuse raames õpitakse tundma erinevaid töövahendeid ja nende kasutamisevõimalusi ning ohutusnõudeid. Õpilased õpivad kavandama ja teostama kavandatud töid, kusjuures oluline on alustatud töö lõpuleviimine. Kirjeldatud oskused aitavad õpilastel mõista enda tugevaid külgi ja toetavad karjäärivaliku teema käsitlemist elu- ja toimetulekuõppe aines.

### **Kunst ja käeline tegevus ja tööõpe**

Kunsti ja käelise tegevuse aines luuakse alus lihtsate tööoskuste ja tööharjumuse kujunemiseks. Tööoskuste järjepidev täiustamine toimub tööõppe aines.

### **Kunst ja käeline tegevus ja kehaline kasvatus**

Kunsti ja käelise tunde õuesõppetundidena läbi viies on võimalik kunstilist loomingut ja liikumist siduda. Looduses liikudes saavad õpilased ideid kunstitööde loomiseks, saab koguda looduslikku materjali jms. Õpilased saavad kujundada liikumisradasid, rühmitada spordivahendeid värvuste järgi jms.

### **Kunst ja käeline tegevus ja muusika**

Kunsti ja käelise tegevuse tundides meisterdatakse erinevaid (rütmi)pille. Kunstilise tegevuse läbi saavad õpilased väljendada emotsioone, mis neil tekivad kindlat muusikapala kuulates.

### **Kunst ja käeline tegevus ja rütmika**

Kunsti ja käelise tegevuse tundides meisterdatud rütmipille mängides õpivad õpilased tajuma enda keha, areneb rütmitunne. Rütmikatundides õpitud liikumiskavade juurde meisterdavad õpilased kostüüme, maske, loovad dekoratsioone jms.

## 5. Kunsti ja käelise tegevuse aine rõhuasetused

| I arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | II arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | III arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Arendatakse õpilase peenmootorikat ning silma ja käe liigutuste koostööd.</p> <p>Kujundatakse kunsti ja käelise tegevuse osaoskusi.</p> <p>Peamiseks töövormiks on koostegemine ja praktiline tegevus eeskuju või näidise järgi.</p> <p>Arvestatakse iga õpilase individuaalset käelise tegevuse ja kõne mõistmise taset.</p> <p>Õpilasele tutvustatakse eri materjale ja töövahendeid, nende omadusi ja kasutamise võimalusi.</p> <p>Õpilast suunatakse koostegemises hoidma korras oma töökohta ja -vahendeid.</p> <p>Õpilasi innustatakse tegevusest ja valmis tööst rõõmu tundma.</p> <p>Koostegemises lõpetatakse alustatud töö.</p> <p>Tegevuses osalemisele antakse positiivne hinnang.</p> <p>Õpetaja verbaliseerib õpilaste tegevust.</p> | <p>Jätkatakse peenmootorika ning silma ja käe koostöö arendamist lihtsa kunsti ja käsitöö kaudu.</p> <p>Tööd teostatakse eeskuju ja/või näidise järgi etappide kaupa.</p> <p>Õpitakse ja harjutatakse osatoimingute järjestamist ning osadest terviku moodustamist. Omandatud toiminguid rakendatakse ahelana korduvates ja osaliselt muutuvates tingimustes.</p> <p>Õpilast suunatakse otsima ja kasutama abi.</p> <p>Õpilasele tutvustatakse erinevaid materjale, töövahendeid, töövõtteid ja ohutustehnika nõudeid.</p> <p>Õpilast suunatakse korras hoidma oma töökohta ja -vahendeid.</p> <p>Õpilast julgustatakse väljendama oma positiivseid emotsioone kunsti abil.</p> <p>Õpilast suunatakse lõpetama alustatud tööd.</p> <p>Õpilase tegevuse tulemustele antakse positiivne hinnang.</p> <p>Arendatakse tegevusega kaasnevat suhtlemist. Õpilast suunatakse oma tegevust verbaalselt või</p> | <p>Kujundatakse iseseisva kunsti- ja käsitöö oskusi.</p> <p>Tööd teostatakse näidise, lihtsate tööjuhiste, skeemide jms järgi.</p> <p>Harjutatakse toimingute suunatud planeerimist.</p> <p>Õpilane sooritab õpitud ja jõukohaseid tegevusi iseseisvalt nii tuttavates kui ka varieeruvates tingimustes.</p> <p>Suunatakse teostama enesekontrolli, valminud tööd võrreldakse näidisega.</p> <p>Õpilane õpib leidma ja valima iseseisvalt tööks sobivaid materjale ja töövahendeid ning otsustama töö tegemise viisi.</p> <p>Õpilast suunatakse iseseisvalt korras hoidma oma töökohta ja -vahendeid.</p> <p>Õpilane hakkab oma tundeid vastavalt võimetele kunstis väljendama.</p> <p>Vaadeldakse kaaslaste töid, külastatakse kunstinäitusi ja muuseume. Oluline on enda ja teiste loomingust esteetilise elamuse saamine.</p> <p>Taotletakse, et õpilane lõpetab alustatud töö. Õpilast suunatakse andma</p> |

|  |                                           |                                                                                                                                                   |
|--|-------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | alternatiivsete vahenditega kommenteerima | hinnangut enda ja teiste tegevusele ja valmis tööle.<br><br>Õpilane kommenteerib suunamisel oma tegevust verbaalsete/alternatiivsete vahenditega. |
|--|-------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## 6. Kunsti ja käelise tegevuse aine õpitulemused, õppesisu ja õppetöö läbiviimine

### 6.1 Teema: Kujutamissopeetus

#### 6.1.1 Õpitulemused

| Kujutamissopeetus                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| I arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | II arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | III arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <p>Õpilane:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) tunneb rõõmu kunstitegevuses osalemisest;</li> <li>2) värvib kujundit kontuuri järgimata;</li> <li>3) joonistab/ maalib lihtsa pildi</li> <li>4) tunneb ja eristab põhivärve;</li> <li>5) kasutab tuttavaid joonistamis- ja maalimisvahendeid kunstilises tegevuses;</li> <li>6) teeb koostöös juhendajaga ühise kunstitöö;</li> <li>7) lõpetab koostegevuses alustatud töö;</li> <li>8) koristab koostegevuses abiga oma tööpaiga;</li> <li>9) hoiab joonistamisel õigesti pliatsit, pintsli ja kriiti. Teeb sirgeid vertikaalseid, horisontaal- ja kaldjooni (tara, postid, tee jne).</li> </ol> | <p>Õpilane:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) väljendab oma meeleolu kunsti kaudu;</li> <li>2) värvib kontuuri piires;</li> <li>3) joonistab/ maalib äratuntavaid objekte; lihtsa pildi;</li> <li>4) tunneb ja eristab sekundaarvärve;</li> <li>5) kasutab erinevaid joonistamis- ja maalimisvahendeid;</li> <li>6) teeb suunamisel koostöös kaaslastega ühise kunstitöö;</li> <li>7) lõpetab suunamisel alustatud töö;</li> <li>8) koristab suunamisel oma tööpaiga;</li> <li>9) värvib kontuuri piires, ühes ja mitmes suunas;</li> <li>10) maalib pintsli otsaga ja paksu joonega;</li> <li>11) värvib tausta pintsliiugutustega vasakult paremale; reguleerib pintsli vajutuse tugevust;</li> <li>12) reguleerib vee ja värvi kogust.</li> </ol> | <p>Õpilane:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) valib enda väljendamiseks meelepärase kunstivormi;</li> <li>2) värvib erinevaid detaile, katab kogu pinna ühtlaselt;</li> <li>3) joonistab/maalib suunamisel teemakohase pildi, kasutades erinevaid tehnikaid;</li> <li>4) eristab sooje ja külmi toone;</li> <li>5) valib töö jaoks sobivad joonistamis- ja maalimisvahendid;</li> <li>6) teeb koostöös kaaslastega ühise kunstitöö;</li> <li>7) lõpetab alustatud töö;</li> <li>8) koristab tööpaiga.</li> </ol> |

### 6.1.2 Õppesisu

| Kujutamissoetus                                                  |                                                                                                 |                                                             |
|------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|
| I arengutasemel                                                  | II arengutasemel                                                                                | III arengutasemel                                           |
| Lihtsa selge kontuuriga piltide värvimine põhivärvidega.         | Olu- ja tegevuspiltide värvimine sobivate realistlike värvitoonidega.                           | Mandala värvimine.                                          |
| Lihtsa objekti (pall, õun, päike vms) kujutamine vaatluse järgi. | Inimese kehaosade nimetamine ja kujutamine.                                                     | Keha proportsioonide arvestamine inimese/looma kujutamisel. |
| Näo osade kujutamine.                                            | Eelnevalt analüüsitud lihtsa objekti (õis, puu, lind, loom, maja jms) kujutamine vaatluse järgi | Lihtsa esemete rühma kujutamine vaatluse järgi.             |
|                                                                  | Geomeetriliste kujundite joonistamine ja nendest tervikliku pildi loomine (maja, auto vms).     | Teemakohase pildi joonistamine.                             |

### 6.1.3 Soovitused õppetöö läbiviimiseks

- **Õpilaste arengutasemetega arvestamine õppetegevuse kavandamisel ja läbiviimisel**

Kunsti ja käelise tegevuse aines toimub õppetegevus kolmel arengutasemel: I arengutase, II arengutase, III arengutase.

Samade toimetuleku õppekava järgi õppivate õpilaste kogemused, võimed, oskused ja teadmised erinevad tingituna puude spetsiifikast ja kaasuvatest diagnoosidest.

Ühes klassis õppivad õpilased võivad olla kunsti ja käelise tegevuse aines erinevatel arengutasemetel.

Õppetegevuse kavandamisel ja läbiviimisel lähtutakse iga konkreetse õpilase kogemustest, võimetest, oskustest ja teadmistest. Õpilane jõuab järgmisele arengutasemele erinevates kunsti ja käelise tegevuse aine valdkondades vastavalt individuaalsele arengu tempole (vt [Mõiste "arengutase" kasutamine toimetulekuõppes](#)).

- **Õpilase julgustamine, positiivne tagasiside**

Tunnustada tuleb õpilase soovi kunstitegevustes osaleda. Oluline ei ole lõpptulemus, vaid protsessis osalemine ja tegevusest rõõmu tundmine.

- **Vabalt kasutatavad kunstivahendid klassis**

Klassis võiks olla õpilastele vabaks kasutamiseks erinevad kunstivahendid. Näiteks värviraamatud, paberid, tahvlid joonistamiseks, pliiatsid, kriidid jms.

- **Õppetöö erinevates keskkondades**

Soovitav on läbi viia õuesõppetunde. Klassiruumis kasutada erinevaid kohti töö tegemiseks - individuaaltöö lauad, rühmatöölauad, seisulauad.

- **Õpikeskkonna kunstiga rikastamine**

Valminud kunstitööd riputada seintele. Võimalusel teha temaatilisi näitusi, mida saab õpilastega külastada.

- **Ümbritseva keskkonna uurimine kõikide meeltega**

Oluline on suunata õpilasi ümbritsevat maailma uurima kõikide meeltega: vaatle, kombi, nuusuta, kuulata.

- **Õpilane saab joonistada seda, mida näeb ja millest saab aru**

Joonistamisoskuse eelduseks on õpilase pildi lugemise oskus. Alles siis, kui õpilane saab aru, mida pildil on kujutatud ning tajub pilti kui tegelikkuse kujutist, on ta võimeline kujutama ümbritseva maailma objekte.

- **Tähelepanu juhtimine detailidele, detailidest terviku moodustamine**

Suuna õpilast märkama objektide erinevaid detaile ja detailidest tervikut moodustama.

## 6.2 Teema: Värvusõpetus

### 6.2.1 Õpitulemused

| Värvusõpetus                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| I arengutaseme lõpuks                                                                                                                                            | II arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                                                           | III arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Õpilane:<br>1) tunneb rõõmu kunstitegevuses osalemisest;<br>2) tunneb ja eristab põhivärvusi;<br>3) järgib koostegemisel värvimärkidel põhinevaid ohutusnõudeid. | Õpilane:<br>1) väljendab oma meeleolu kunsti kaudu;<br>2) segab suunamisel põhivärvidest sekundaarvärve, helestab, tumestab ja toonib värve<br>3) eristab sooje ja külmi toone elulistes olukordades;<br>4) kasutab looduslikke värve loomingus. | Õpilane:<br>1) väljendab enda meeleolu kunsti muusika kaudu;<br>2) segab iseseisvalt põhivärvidest sekundaarvärve, helestab ja tumestab ning toonib värve;<br>3) eristab sooje ja külmi toone;<br>4) valib endale meelepärase värvitoonides riided, kodutekstiidid, kaunistab ruumi tähtpäevadeks;<br>5) teab, mõnda looduslikku vahendit, mida saab kasutada esemetele ja toidule värvuse andmiseks. |

### 6.2.2 Õppesisu

| Värvusõpetus                                                                                                            |                                                              |                                                                         |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|
| I arengutasemel                                                                                                         | II arengutasemel                                             | III arengutasemel                                                       |
| Põhivärvuste eristamine ja tundmine.<br><br>Põhivärvuste seostamine ümbritseva elu objektidega, loodusega, toiduga vms. | Värvide omavahel segamine<br><br>Uute värvitoonide leidmine. | Värvuse hele ja tume toon.<br><br>Toonirea koostamine värvikaardi abiga |

|                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Soe toon PUNANE ja külm toon SININE praktilises kasutuses (veekraan jms).</p> <p>ROHELINE - lubav värvus.</p> | <p>Värvide helestamine ja tumestamine koostegevuses.</p> <p>Lihtsa toonirea koostamine.</p> <p>Soojad ja külmad värvused loodusobjektide näitel.</p> <p>Looming looduslike värvidega (lilleõied, lehed, muld jms).</p> <p>Meeleolude väljendamine värvuste kaudu.</p> | <p>Soojad ja külmad värvused kunstis ja olmes.</p> <p>Looduslike vahendite abil tekstiilidele, toidule jm värvi andmine.</p> <p>Kuulatava muusika kujutamine värvuste kaudu.</p> <p>Värvide sobitamine omavahel (riietumine, sisustustekstiilid jms).</p> <p>Temaatilised värvikombinatsioonid (jõulud, lihavõtted jms).</p> |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

### 6.2.3 Soovitused õppetöö läbiviimiseks

- Värvide eristamine ja tundmaõppimine erinevate meelte abil**  
Värvusõpetust alustame põhivärvidest. Iga värvi võib käsitleda pikema õppetsükliina. Oluline on õpilaste jaoks võimalus tajuda õpitavat värvi kõikide võimalike meeltega.
- Värvuste seostamine lugude ja muinasjuttudega**  
Värvuste õppimist saab seostada lugudega nii ühest kindlast värvusest kui värvilisest maailmast meie ümber.
- Värvuste seostamine elulis-praktiliste oskustega**  
Punase värvi õppimise juures on oluline suunata õpilasi märkama punaseid hoiatusmärke, nt valgusfoor, kuum vesi jms.  
Sinise värvi õppimise juures suunata õpilast märkama sinist vs punast värvimärki veekraanil.  
Rohelise värvi õppimise juures käsitleda rohelist, kui lubavat värvitooni, nt valgusfoor, märk klaasuksel jms.
- Värvinimetuste õppimine**  
Värvide nimetuste aktiivsesse sõnavarasse jõudmine võib võtta aega. Lapsele võib õpetada värvide nimetusi vastavalt objektile, millega me seda värvi enamasti seostame: KOLLANE - päikese värv, SININE - taeva/vee värv, ROHELINE - rohu/maa värv jne.
- Värvitoonidele nimetuste leidmine**  
Värvidega mängimisel ja segamisel leitud värvitoonidele saavad õpilased ise nimetusi välja mõelda.
- Taimedega värvimine**  
Lisaks tavapärastele värvidele võib tundides katsetada joonistamist ja värvimist näiteks taimedega. Taimede abil saab luua kunsti, värvida toiduaineid, lõnga jms.

## 6.3 Teema: Materjaliõpetus

### 6.3.1 Õpitulemused

| Materjaliõpetus                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| I arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | II arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | III arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <p>Õpilane:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) tunneb rõõmu kunstitegevuses osalemisest;</li> <li>2) rühmitab erinevaid looduslikke materjale, meisterdab juhendamisel looduslikest materjalidest;</li> <li>3) paigutab vaasi lilli, oksti;</li> <li>4) kasutab esmaseid voolimisvõtteid lihtsamate vormide voolimiseks</li> <li>5) on tutvunud erinevate materjalide ja nende omadustega;</li> <li>6) osaleb ruumide kaunistamisel jõukohase ülesandega.</li> <li>7) kleebib kuivatatud lilli ja lehti.</li> </ol> | <p>Õpilane:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) väljendab oma meeleolu kunsti kaudu;</li> <li>2) teeb juhendamisel kompositsioone looduslikust materjalist;</li> <li>3) voolib lihtsa mitmeosalise objekti;</li> <li>4) on tutvunud looduslike ja tehismaterjalidega;</li> <li>5) rühmitab materjale;</li> <li>6) on tutvunud taaskasutuse põhimõtetega;</li> <li>7) meisterdab suunamisel olmejääkidest;</li> <li>8) valmistab näidise järgi ruumide kaunistamiseks dekoratsioone;</li> <li>9) käsitseb abiga ohutult tuttavaid töövahendeid;</li> <li>10) järgib meeldetuletamisel ohutusnõudeid.</li> </ol> | <p>Õpilane:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) valib enda väljendamiseks meelepärase kunsti- või käsitöövormi;</li> <li>2) teeb võimalikult iseseisvalt töid/kompositsioone erinevatest materjalidest;</li> <li>3) kasutab erinevaid voolimistehnikaid;</li> <li>4) kasutab erinevaid materjale loomingus;</li> <li>5) teeb koostöös ühise kujutava või tarbekunsti töö;</li> <li>6) kaunistab ruumi tähtpäevadeks;</li> <li>7) kasutab materjale säästlikult, taaskasutab ja töötleb materjale;</li> <li>8) valib ja kasutab lähtuvalt materjalist ja tegevuse eesmärgist sobivaid töövahendeid;</li> <li>9) teab ja järgib põhilisi ohutusnõudeid töövahendite kasutamisel.</li> </ol> |

### 6.3.2 Õppesisu

| Materjaliõpetus                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                         |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| I arengutasemel                                                                                                                                                                                                                             | II arengutasemel                                                                                                                                                                                                           | III arengutasemel                                                                                                                                                                                                       |
| <p>Koostegevuses loodusliku materjali korjamine ja rühmitamine tajutavate tunnuste alusel.</p> <p>Meisterdamine looduslikust materjalist.</p> <p>Mudimis/muljumis/kujumuutvad materjalid: voolimissavi, savi, plastiliin, voolimismass,</p> | <p>Loodusliku materjali kogumine suunamisel, abiga vajalike töövahendite kasutamine (käärid, oksakäärid vms).</p> <p>Koostegevuses kompositsioonid looduslikest materjalidest.</p> <p>Looduslikud ja tehismaterjalid -</p> | <p>Loodusliku materjali kogumine, abiga vajalike töövahendite kasutamine (oksakäärid, oksasaag vms). Kompositsioonid looduslikest materjalidest, oasise kasutamine.</p> <p>Materjalide sobivus erinevateks töödeks.</p> |

|                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                              |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>kineetiline liiv, veniv liiv jms.<br/>Pehme - kõva. Värvuste segamine</p> <p>Muud materjalid: erinevad paberid, tekstiilid, karusnahk, puit, klaas, kivi jms.</p> <p>Materjalide tunnetamine, kompimine, tajumine.</p> | <p>võrdlemine. Materjalide rühmitamine.</p> <p>Taaskasutuse põhimõtted. Meisterdamine olmejääkidest.</p> <p>Voolimine, voolimistehnikate õpetamine: pall, uss/vorstike, veeretamine, rulliga rullimine. Lihtsa mitmeosalise objekti voolimine.</p> | <p>Materjalide töötlemine, liimimine (parandamine), erinevad liimid PVA, pulgaliim jms.</p> <p>Erinevate materjalide ja olmejääkide taaskasutamine praktiliste esemete valmistamisel.</p> <p>Detailide ühendamine voolimisel.</p> <p>Klaasile maalimine.</p> |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

### 6.3.3 Soovitused õppetöö läbiviimiseks

- Sensoorsed mängud erinevate materjalidega. Võlukotike**  
 Erinevate materjalide tundmaõppimisel on oluline lisaks visuaalsele eristamisele tunnetada materjalide erinevusi kompimise läbi, nt pehme - kare/krobeline, sile - kare, soe - külm jms.
- Tegevuste seostamine õpilaste isikliku kogemusega**  
 Tähelepanu tuleb pöörata materjalidele omadustele ja seostada need õpilaste isikliku kogemusega. Õpilastel on oluline tutvustada materjalide nimetusi esialgu passiivses kasutuses, st mõistmise tasandil.
- Õuesõppetunnid. Liivamaal**  
 Looduslike materjalide tundmaõppimiseks ja kogumiseks sobivad õuesõppetunnid.
- Taaskasutus**  
 Kunsti ja käelise tegevuse raames on oluline suunata õpilasi taaskasutama. Vanadest riietest saab kududa vaipu, tualettpaberi rullidest meisterdada mänguasju või rütmipille jms.
- Olmejääkide sorteerimine**  
 Materjaliõpetuse üheks väljundiks peaks olema oskus eristada erinevaid materjale. Materjalide tundmaõppimine on oluline nii loomingus kui ka olmeprügi sorteerimisel.

## 6.4 Teema: Tarbekunst ja dekoratiivne kompositsioon

### 6.4.1 Õpitulemused

| Tarbekunst ja dekoratiivne kompositsioon                                                                                                        |                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                         |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| I arengutaseme lõpuks                                                                                                                           | II arengutaseme lõpuks                                                                                                                                    | III arengutaseme lõpuks                                                                                                                                 |
| <p>Õpilane:</p> <p>1) vajutab jäljendeid erinevatele materjalidele;</p> <p>2) liimib koostegevuses alusele erinevast materjalist kujundeid;</p> | <p>Õpilane:</p> <p>1) trükib näidise järgi lihtsamaid mustreid;</p> <p>2) dekoreerib tarbeesemeid või nende kujutisi juhendamisel ja/või iseseisvalt;</p> | <p>Õpilane:</p> <p>1) teostab juhendamisel dekoratiivseid töid eri materjalist alustele;</p> <p>2) teeb koostöös ühise kujutava või tarbekunsti töö</p> |

|                                                                                                                  |                                                                  |                                                                                           |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|
| 3) trükib paberile, papile vms vabalt valitud mustreid;<br>4) osaleb ruumide kaunistamisel jõukohase ülesandega. | 3) valmistab näidise järgi ruumide kaunistamiseks dekoratsioone. | 3) kaunistab erinevaid tarbeesemeid iseseisvalt valitud mustritega;<br>4) kujundab ruume. |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|

#### 6.4.2 Õppesisu

| Tarbekunst ja dekoratiivne kompositsioon                                                                                    |                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                               |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| I arengutasemel                                                                                                             | II arengutasemel                                                                                                                                                          | III arengutasemel                                                                                                                                                                             |
| Lihtsate kaheosaliste mustriribade koostamine (ladumine, liimimine, trükkimine).<br><br>Ruumide kaunistamine koostegEVuses. | Ribamustrite koostamine.<br><br>Tarbeesemete ja nende kujutiste dekoreerimine (käpik, sall, linik, vaas, taldrik vms).<br><br>Ruumide kaunistamine verbaalsel suunamisel. | Ringmustrite koostamine.<br><br>Mustri kujundamine erinevatest detailidest.<br><br>Tarbeesemete valmistamine erinevatest materjalidest ja kaunistamine.<br><br>Kujundustööd klassis ja kodus. |

#### 6.4.3 Soovitused õppetöö läbiviimiseks

- **Mustrite leidmine ümbritsevast maailmast**  
Õpilasi suunatakse leidma erinevaid kujundeid ja mustreid nii loodusest kui tehismaailmast. Näiteks lainejäljed rannaliival, jäälilled aknal, traktori jäljed lumel jms.
- **Rütmide leidmine ja loomine**  
Õpilasi suunatakse märkama erinevate meelte abil rütme ümbritsevas keskkonnas. Näiteks kella tiksumine, vee tilkumine, loomajäljed lumel jms. Õpilasi suunatakse rütme jäljendama ja ise rütme looma lõimitult näiteks rütmika tundides pillimänguga ja matemaatikas rütmiliste jadade moodustamisega.
- **Tutvumine erinevalt dekoreeritud tarbekunsti esemetega**  
Klassiruumis, õppekäikudel jms otsivad õpilased suunatult dekoreeritud tarbekunstiesemeid. Vaatlevad ja kirjeldavad suunatult mustreid, valivad lemmikuid.
- **Muuseumikülastused**  
Eesti Tarbekunsti- ja disainimuuseum, ERM jne.
- **Õpilaste kaasamine klassiruumi kujundamisel ja kaunistamisel**  
Õpilastele tuleb anda võimalus osaleda ümbritseva keskkonna kujundamisel. Esialgu võib anda õpilastele valikuks, kas paigutada näiteks klassiruumis nukunurk akna alla või hoopis kapi kõrvale. Õpetaja jaoks on mõlemad valikud sobivad, kuid õpilastel tekib tunne, et nemad saavad klassi kujundamise üle otsustada.

## 6.5 Teema: Tehnikate õpetus

### 6.5.1 Õpitulemused

| Tehnikate õpetus                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                 |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| I arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | II arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                        | III arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                                                         |
| Õpilane:<br><br>1) valmistab fooni- ja ilupabereid kasutades erinevaid tehnikaid (puhumine, peegel- ja lõngatrükk vms);<br>2) katab pinna pintsli- ja trükkimisega ühtlaselt;<br>3) vajutab jäljendeid erinevatele materjalidele.<br>4) Ebatraditsioonilised kunstivõtted: vajutusvõte, trükkimine erinevate materjalide, esemete, sõrmede, peopesa, käsna, märja paberi, templikeste, vatitikkudega ja lõngaga. | Õpilane:<br><br>1) on tutvunud trüki- ja paljundustehnikatega;<br>2) valmistab suunamisel erinevatest materjalidest templeid;<br>3) trükib näidise järgi lihtsamaid mustreid. | Õpilane:<br><br>1) valmistab ja kasutab erinevaid templeid tööde valmistamisel.<br>2) trükib mustreid eri materjalist alustele;<br>3) teeb juhendamisel, töid kasutades erinevaid tehnikaid (graafiline joon, ornamentika, materjalitrükk jms). |

### 6.5.2 Õppesisu

| Tehnikate õpetus                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                 |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| I arengutasemel                                                                                                                                                                                              | II arengutasemel                                                                                                                                           | III arengutasemel                                                                                                                                                                               |
| Fooni- ja ilupaberite valmistamine.<br><br>Lihtsad trükkitehnikad: pintsli-, peegel- ja lõngatrükk jms.<br><br>Looduslike materjalide kasutamine trükkimisel-seened, köögiviljad.<br><br>Puhumistehnika jms. | Tutvumine trüki- ja paljundustehnikatega.<br><br>Lihtsate templite valmistamine, nt puuleht, kartul, õun, porgand jms.<br><br>Geelitrükk, švammitrükk jms. | Erinevate templite valmistamine.<br><br>Materjalitrükk - erinevad vahendid õuest ja klassiruumis, iseseisev otsimine ja kasutamine.<br><br>Graafiline punkt ja joon.<br><br>Lihtne ornamentika. |

### 6.5.3 Soovitused õppetöö läbiviimiseks

- **Muuseumikülastused**  
TYPa trüki- ja paberikunstikeskus jms.

## 6.6 Teema: Voolimine

### 6.6.1 Õpitulemused

| Voolimine                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                      |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| I arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                  | II arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | III arengutaseme lõpuks                                                                              |
| Õpilane:<br><br>1) on tutvunud erinevate voolimismassidega;<br>2) kasutab esmaseid voolimisvõtteid lihtsamate vormide voolimiseks;<br>3) vajutab jäljendeid erinevatele materjalidele. | Õpilane:<br><br>1) on tutvunud erinevate voolimistehnikatega;<br>2) voolib lihtsa mitmeosalise objekti;<br>3) voolib ümarvorme: pall, jonnipunn, puu- ja juurviljad;<br>4) voolib ovaalseid esemeid: kurk, banaan, ploom;<br>5) kaunistab savi- ja taignatooteid mustritega, kasutades erinevaid võtteid (triipudena, pressides, trükkides). | Õpilane:<br><br>1) kasutab erinevaid voolimistehnikaid;<br>2) voolib ja kaunistab lihtsa tarbeeseme. |

### 6.6.2 Õppesisu

| Voolimine                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                            |                                                                                                                                                          |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| I arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | II arengutasemel                                                                                                                           | III arengutasemel                                                                                                                                        |
| Mudimis-/ muljumis-/ kujumuutvad materjalid: voolimissavi, savi, plastiliin, voolimismass, kineetiline liiv, veniv liiv, soolatainas jms.<br><br>Sensoorsed mängud erinevate voolimismassidega. Pehme - kõva. Värvuste segamine.<br><br>Voolimise algvõtted: pigistamine, vajutamine, silumine, osadeks jaotamine.<br><br>Lihtsa üheosalise objekti voolimine. Jäljendite vajutamine. | Voolimistehnikate õpetamine: pall, uss, veeretamine, rulliga rullimine.<br><br>Lihtsa mitmeosalise loodusliku objekti (seen vms) voolimine | Detailide ühendamine voolimisel.<br><br>Lihtsa tarbeeseme voolimine ja dekoreerimine, värvimine, glasuurimine.<br><br>Inim- ja loomafiguuride voolimine. |

### 6.6.3 Soovitused õppetöö läbiviimiseks

- **Küpsetamine**

Elu- ja toimetulekuõppe ja/või tööõppe tundides saab kasutada õpitud voolimisvõtteid:

taignapalli voolimine, palli vajutamine lapikuks, taigna rullimine, mustri vajutamine, detailide ühendamine jms.

- **Skulptuurid linnaruumis ja muuseumides**

Õppekäikudel suunatakse õpilasi otsima ja leidma linnaruumis olevaid skulptuure. Külastatakse muuseume ja skulptuuride aedu.

- **Nähtu jäädvustamine**

Õppekäikudel nähtud skulptuure võib pildistada ning koostada fotodest õpimapp.

## 6.7 Teema: Paberi- ja papitööd

### 6.7.1 Õpitulemused

| Paberi- ja papitööd                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| I arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | II arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | III arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <p>Õpilane:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) kortsutab paberit;</li> <li>2) rebib erinevaid pabereid (ajakirjad, siidpaber, värviline paber jms), teeb neist kleepetöid;</li> <li>3) kleebib ettevalmistatud aplikatsioonidest pilte;</li> <li>4) lõikab abiga kääridega paberit;</li> <li>5) järgib koostegemisel ohutusnõudeid.</li> </ol> | <p>Õpilane:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) rebib mööda joont;</li> <li>2) voldib paberit pooleks;</li> <li>3) lõikab paberit lihtsa kontuuri järgi;</li> <li>4) kasutab suunamisel šabloone;</li> <li>5) teeb erinevatest pabermaterjalidest töid;</li> <li>6) liimib paberit, valib koostegEVuses sobiva liimi;</li> <li>7) käsitseb ohutult tuttavaid töövahendeid (käärid);</li> <li>8) järgib meeldetuletamisel ohutusnõudeid.</li> </ol> | <p>Õpilane:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) rebib paberist lihtsa kujundi;</li> <li>2) voldib abiga erinevaid lihtsaid kujundeid;</li> <li>3) kasutab iseseisvalt šabloone, lõikab kontuuri järgi;</li> <li>4) meisterdab iseseisvalt näidise alusel erinevatest pabermaterjalidest;</li> <li>5) teab ja järgib põhilisi ohutusnõudeid töövahendite kasutamisel (käärid, paberinuga jms).</li> </ol> |

### 6.7.2 Õppesisu

| Paberi- ja papitööd                                                                                               |                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                           |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| I arengutasemel                                                                                                   | II arengutasemel                                                                                                                                                                                          | III arengutasemel                                                                                                                                                                                                         |
| <p>Paberi rebimine, kortsutamine, lõikamine, liimimine.</p> <p>Aplikatsioonitööd ettevalmistatud detailidest.</p> | <p>Pabermaterjalid: kartong, papp, paberite liigid.</p> <p>Tööd pabermaterjalidest.</p> <p>Lihtsa kujuga šablooni kasutamine, vajadusel abiga.</p> <p>Rebimine ja lõikamine mööda sirgjoont. Lihtsate</p> | <p>Šablooni kasutamine.</p> <p>Erinevate kujundite rebimine ja lõikamine paberist.</p> <p>Tarbeesemete (karp vms) meisterdamine ja dekoreerimine.</p> <p>Paberdetailidest mänguasja, liikuva pildi jms meisterdamine.</p> |

|  |                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                     |
|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | kujundite lõikamine paberist.<br>Ajakirjast piltide lõikamine.<br><br>Paberi pooleks voltimine.<br><br>Pabermosaik.<br><br>Pabermassi valmistamine<br>koostegevuses.<br>Pabermassist<br>dekoratiivesemete ja paberi<br>valmistamine. | Lihtsad voltimised.<br><br>Pabermassi valmistamine.<br>Pabermassist<br>dekoratiivesemete ja paberi<br>valmistamine. |
|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

### 6.7.3 Soovitused õppetöö läbiviimiseks

- **Teema seostamine prügi sorteerimise ja taaskasutusega. Õppetöö korraldamine projektipõhiselt**

Paberi- ja papitööde teostamisel saab õpilastele tutvustada erinevaid paberist ja papist valmistatud pakendeid, tutvustada paberi taaskasutuspõhimõtteid ja suunata õpilasi vanapaberit sorteerima ning paigutama paberi prügikastidesse/ konteineritesse.

Teema käsitlemiseks võib läbi viia projektipõhise õppetsükli, mille väljundiks on käsitööpaberi valmistamine. Käsitööpaberit saab omakorda kasutada erinevate kunsti ja käelise tegvuse tööde loomisel. Vt [Tegevusele suunatud õpetus. Projektipõhine õpe](#)

- **Muuseumikülastused**  
TYPA trüki- ja paberikunstikeskus jms.

## 6.8 Teema: Tekstiilitööd

### 6.8.1 Õpitulemused

| Tekstiilitööd                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| I arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                       | II arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | III arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| Õpilane:<br><br>1) lõikab ja kleebib abiga erinevaid materjale;<br>2) tegutseb koostegemisel tuttava töövahendiga (kääris, liim);<br>3) järgib koostegemisel ohutusnõudeid. | Õpilane:<br><br>1) kasutab kääre erinevate materjalide lõikamisel;<br>2) liimib erinevaid materjale;<br>3) paneb niidi nõela taha, teeb lihtsaid pisteid;<br>4) kerib, põimib ja sõlmib erinevaid materjale;<br>5) teeb märgviltimist;<br>6) oskab raamil kududa;<br>7) tikib lõngapilte orientiiri järgi;<br>8) käsitseb ohutult tuttavaid töövahendeid (nõel, naaskel);<br>9) järgib meeldetuletamisel ohutusnõudeid; | Õpilane:<br><br>1) õmbleb nõöbi ette; õmbleb õmblusmasinaga sirge õmbluse;<br>2) koob kangastelgedel ja/või raamil;<br>3) teeb märg- ja nõelviltimist;<br>4) tikib põhipisteid;<br>5) seob sõlme ja lipsu;<br>6) valib ja kasutab lähtuvalt materjalist ja tegevuse eesmärgist sobivaid töövahendeid;<br>7) teab ja järgib põhilisi ohutusnõudeid töövahendite |

|  |                                                                           |                                                        |
|--|---------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|
|  | 10) õmbleb kokku kaks riidetükki;<br>11) nõõrib niidile nõöpe ja helmeid. | kasutamisel (kangasteljed, viltimisnõel, õmblusmasin). |
|--|---------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|

### 6.8.2 Õppesisu

| Tekstiilitööd                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|---------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| I arengutasemel                                                                       | II arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | III arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Lõnga ja paela lõikamine.<br><br>Lõngapildi kleepimine.<br><br>Riideribade kleepimine | Punkteerimine erinevatel materjalidel.<br><br>Lõngapildi (mustri) tikkimine papile orientiiride järgi<br><br>Riideribade lõikamine.<br><br>Riidematerjalide põimimine, sõlmimine, kerimine.<br><br>Raamil kudumine.<br><br>Tekstiilmarkerite kasutamine<br><br>Märgviltimine.<br><br>Ohutusreeglid nõela ja naaskli kasutamisel. | Tekstiilkollaaž, tekstiilmaal, trükkimine riidele.<br><br>Nööbi õmblemine. Nööpide sobitamine vastavalt tekstiili värvusele ja nõöpaugu suurusele.<br><br>Lihtsad õmblustööd. Käsitsi õmblemine (õmbluste parandamine jms). Masinaga sirge õmbluse õmblemine.<br><br>Raamil ja telgedel kudumine.<br><br>Märg- ja nõelviltimine.<br><br>Heegeldamise põhivõtted.<br><br>Tikkimise põhipisted.<br><br>Paelte sõlmimine ja punumine, lipsu sidumine.<br><br>Ohutusreeglid kangastelgede, viltimisnõela ja õmblusmasina kasutamisel. |

### 6.8.3 Soovitused õppetöö läbiviimiseks

- **Õppekäigud õpitubadesse**  
Õppetegevuse mitmekesistamiseks on soovitatav külastada õpilastega erinevaid õpitubasid.
- **Tekstiilitööd loovtööna**  
Õpilased saavad õpetaja suunamisel valida loovtöö teemaks meeldiva tekstiilitöö: telgedel kootud vaiba, raamil punutud pildi vms.

## 6.9 Teema: Muud materjalid

### 6.9.1 Õpitulemused

| Muud materjalid                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| I arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | II arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | III arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <p>Õpilane:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) on tutvunud erinevate kunsti ja käsitöö materjalidega;</li> <li>2) liimib koostegevuses alusele erinevast materjalist kujundeid;</li> <li>3) lõikab abiga erinevaid materjale;</li> <li>4) teeb koostöös juhendajaga ühise kunsti- või käsitöö;</li> <li>5) tegutseb koostegemisel tuttava töövahendiga.</li> </ol> | <p>Õpilane:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) kasutab erinevaid kunsti ja käsitöömaterjale loominguks;</li> <li>2) lõikab erinevaid materjale;</li> <li>3) liimib erinevaid materjale;</li> <li>4) painutab traati;</li> <li>5) teeb suunamisel koostöös kaaslastega ühise kunsti- või käsitöö;</li> <li>6) käsitseb ohutult tuttavaid töövahendeid;</li> <li>7) järgib meeldetuletamisel ohutusnõudeid.</li> </ol> | <p>Õpilane:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) valib enda väljendamiseks ja tarbeesemete loomiseks meelepärase kunsti- või käsitöövormi ja vahendid selle teostamiseks;</li> <li>2) lõikab kääridega erinevaid materjale mööda etteantud joont;</li> <li>3) lihvib puidust pinda, lööb naela, keerab kruvi;</li> <li>4) teeb traadist lihtsaid kujundeid;</li> <li>5) teeb koostöös ühise kujutava või tarbekunsti töö;</li> <li>6) valib ja kasutab lähtuvalt materjalist ja tegevuse eesmärgist sobivaid töövahendeid;</li> <li>7) teab ja järgib põhilisi ohutusnõudeid töövahendite kasutamisel.</li> </ol> |

### 6.9.2 Õppesisu

| Muud materjalid                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                          |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| I arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                            | II arengutasemel                                                                                                                                                                                                   | III arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                        |
| <p>Kleepsutööd.</p> <p>Suurte pärlite, papist vm materjalist auguga kujundite nõõri otsa ajamine.</p> <p>Mosaiikpildid</p> <p>Tutvumine erinevate materjalidega: nahk, puit, metall jne. Materjalide lõikamine, kleepimine.</p> <p>Tutvumine erinevate töövahenditega.</p> | <p>Lihtsad pärlitööd: kaelakeed, käevõrud, pärlipildid jms.</p> <p>Meisterdamine HAMA pärlitest.</p> <p>Mosaiikpildid erinevatest materjalidest (riis, makaronid, nahatükid jms).</p> <p>Lihtsad nahkehistööd.</p> | <p>Keerulisemad pärlitööd: kõrvarõngad, pärltikand jms.</p> <p>Meisterdamine HAMA pärlitest.</p> <p>Naharibade ja -kujundite lõikamine, kleepimine, sõlmimine.</p> <p>Lihtsad metallitööd.</p> <p>Puidu lihvimine. Vineeri saagimine. Naela löömine.</p> |

|  |                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | <p>Tööd puidu- ja metallijääkidest. Lihtsad traaditööd.</p> <p>Tööd looduslikest ja tehismaterjalidest.</p> <p>Paberist, lõngast vms punumine.</p> <p>Mesilasvaha lehtedest küünalde rullimine.</p> | <p>Puidu ehistööd: põleti kasutamine, värvimine, lakkimine.</p> <p>Lihtsa tarbeeseme valmistamine puidust.</p> <p>Traadist kujundite painutamine.</p> <p>Vitspunutised.</p> <p>Seebimassist seepide valmistamine.</p> <p>Küünlavahast küünalde valmistamine.</p> |
|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

### 6.9.3 Soovitused õppetöö läbiviimiseks

- **Taaskasutuspõhimõtted ja olmejääkide sorteerimine**  
Kunsti- ja käsitöömaterjalide tundmaõppimise saab siduda õpilastele taaskasutuspõhimõtete tutvustamisega ja oskusega sorteerida olmejääke.
- **Õppekäigud õpitubadesse**  
Õppetegevuse mitmekesistamiseks on soovitatav külastada õpilastega erinevaid õpitubasid.

## 6.10 Teema: Tehniline modelleerimine

### 6.10.1 Õpitulemused

| Tehniline modelleerimine                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                          |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| I arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                                                                   | II arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                | III arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                  |
| <p>Õpilane:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) tunneb rõõmu kunstitegevuses osalemisest;</li> <li>2) kasutab klotse loovkonstrueerimisel, ehitab näidise järgi koostegemisel;</li> <li>3) 3) laob lihtsaid kujundeis ja mosaiike.</li> </ol> | <p>Õpilane:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) väljendab oma meeleolu kunsti kaudu;</li> <li>2) meisterdab iseseisvalt karpidest ja klotsidest.</li> </ol> | <p>Õpilane:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) valib enda väljendamiseks meelepärase kunsti- või käsitöövormi;</li> <li>2) meisterdab abiga/näidise järgi makette.</li> </ol> |

### 6.10.2 Õppesisu

| Tehniline modelleerimine                                                                                                              |                                                                                                                              |                                                                                               |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|
| I arengutasemel                                                                                                                       | II arengutasemel                                                                                                             | III arengutasemel                                                                             |
| Erinevatest mänguklotsidest ehitamine (ladumine üksteise kõrvale, peale).<br><br>Kujundite ladumine.<br><br>Lihtsa mosaiigi ladumine. | Mudelite valmistamine karpidest, topsidest.<br><br>Robootika vahenditest, LEGO klotsidest lihtsate mudelite konstrueerimine. | Maketi meisterdamine.<br><br>Robootika vahenditest, LEGO klotsidest mudelite konstrueerimine. |

### 6.10.3 Soovitused õppetöö läbiviimiseks

- Vabalt kasutatavad modelleerimisvahendid klassis**

Klassis võiksid olla õpilastele igapäevaseks vabaks kasutamiseks klotsid. LEGOd, mosaiigid, tühjad karbid ja pakendid jms.

### 6.11 Teema: Temaatilised tööd

#### 6.11.1 Soovituslikust õppesisust lähtuvalt lahtikirjutatud õpitulemused

| Temaatilised tööd                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                          |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| I arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                                       | II arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                       | III arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                  |
| Õpilane:<br><br>1) kasutab tuttavaid joonistamis- ja maalimisvahendeid kunstilises tegevuses;<br>2) kasutab tuttavaid joonistamis- ja maalimisvahendeid kunstilises tegevuses;<br>3) osaleb ühistöös teemapildi valmimisel. | Õpilane:<br><br>1) kasutab eri joonistamis- ja maalimisvahendeid; joonistab ja maalib äratuntavaid objekte;<br>2) joonistab lihtsa süžeebildi etteantud teemal näidise ja juhendamise järgi. | Õpilane:<br><br>1) valib enda tunnete ja emotsioonide väljendamiseks meelepärase kunsti- või käsitöövormi;<br>2) joonistab lihtsat situatiivset tegevust kujutava pildi. |

### 6.11.2 Õppesisu

| Temaatilised tööd                                |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                           |
|--------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| I arengutasemel                                  | II arengutasemel                                                                                                                                                   | III arengutasemel                                                                                                                         |
| Teemakohase analüüsitud üksikobjekti kujutamine. | Lihtsa temaatilise süžeebildi joonistamine näidise järgi.<br><br>Temaatilised ühistööd (kollaaž vms).<br><br>Aastaaegade kujutamine kasutades erinevaid tehnikaid. | Tunnete ja meeleolude väljendamine õpitud tehnikate abil.<br><br>Lihtsa situatiivse tegevuse kujutamine (seeni korjamas, suusatamas vms). |

### 6.11.3 Soovitused õppetöö läbiviimiseks

- **Olu- ja tegevuspiltide lugemine ja suunatud kirjeldamine eesti keele õppes**  
Üksikobjektide ja tegevuste kujutamise eelduseks on oskus lugeda pilti ja märgata detaile.
- **Näituste ja muuseumide külastamine**  
Külastage õpilastega õpilastööde näitusi, kaubanduskeskustes jm olevaid kunstinäitusi, kunstisaale, muuseume.

## 6.12 Teema: Ohutusnõuded ja tööpaik

### 6.12.1 Õpitulemused

| Ohutusnõuded ja tööpaik                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                  |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| I arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                   | II arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                           | III arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                          |
| Õpilane:<br><br>1) tegutseb koostegemisel tuttava töövahendiga;<br>2) järgib juhendamisel ohutusnõudeid pliiatsi, liimi, kääride, pintsli kasutamisel;<br>3) koristab koostegevuses abiga oma tööpaiga. | Õpilane:<br><br>1) käsitleb ohutult tuttavaid töövahendeid;<br>2) järgib meeldetuletamisel ohutusnõudeid nõela, naaskli jms kasutamisel;<br>3) koristab suunamisel oma tööpaiga. | Õpilane:<br><br>1) valib ja kasutab lähtuvalt materjalist ja tegevuse eesmärgist sobivaid töövahendeid;<br>2) teab ja järgib põhilisi ohutusnõudeid tuttavate töövahendite kasutamisel;<br>3) koristab tööpaiga. |

### 6.12.2 Õppesisu

| Ohutusnõuded ja tööpaik                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| I arengutasemel                                                                                                                                                                                                       | II arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                      | III arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Koostegevuses kääride, liimi, värvide kasutamine.<br><br>Oma töökoha koristamine koostegevuses.<br><br>Juhendamisel ohutusnõuete järgimine.<br><br>Koostegevuses töökaitsevahendite kasutamine (põlled, kätised jms). | Elementaarsed ohutusnõuded nõela, naaskli jne käsitlemisel.<br><br>Tööpaiga korrashoid ja selle koristamine töö lõpul.<br><br>Õpetaja abistamine töövahendite jagamisel ja kokkukorjamisel.<br><br>Suunamisel töökaitsevahendite kasutamine (töökindad, klapid, prillid, põlled jms). | Ohutusnõuded haamri, sae jne käsitlemisel.<br><br>Elementaarsed ohutusnõuded elektritööriistade, puidupõleti, triikraua, liimipüstoli jms kasutamisel.<br><br>Töökoha ettevalmistamine ja korrashoid<br><br>Töökaitsevahendite kasutamine (töökindad, klapid, prillid, põlled jms). |

### 6.12.3 Soovitused õppetöö läbiviimiseks

- **Rutiin tundides**

Oluline on saavutada rutiin tunni ettevalmistaval etapil (kaitseriietus, töökoha ettevalmistamine) ja tunni lõpuosas (töökoha korrastus).

#### **Soovituslik õppevara**

Palgi, K. Elu- ja toimetulekuõppe töölehed Mina. Õpetajamaterjal. <https://hev.edu.ee/229-2/>

Sildnik, K. Aastaajad. <https://hev.edu.ee/196-2/>

Türnpu, M. Elu- ja toimetulekuõppe töölehed "Inimene I". Õpetajamaterjal.

<https://hev.edu.ee/153-2/>

# TÖÖÕPE

## 1. Õppeaine kirjeldus ja eesmärgid

Tööõppe aine hõlmab valdkondi, mis on seotud igapäevatoimingutega kodus, koolis ning lähiümbruses.

Kujundatakse teadmisi, oskusi ja hoiakuid, mis on vajalikud igapäevaste kodu- ja majapidamistöödega toimetulekuks.

Õpilane õpib tundma ja täitma õpitud tööde jaoks vajalikke ohutustehnika- ja hügieeninõudeid.

Arendatakse vastutustunnet, kujundatakse positiivset suhtumist oma kohustustesse ja töösse. Õpetatakse töö vajalikkust ja selle lõpuleviimise tähtsust.

Oluline on igapäevaste tegevuste kavandamise, korraldamise ja probleemide lahendamise oskuste kujundamine.

Tööõppe käigus tutvustatakse lihtsaid igapäevategevustes vajaminevaid töövahendeid ja masinaid ning õpetatakse neid juhendamisel või juhendi abil kasutama. Oluline on koostöö koduga, et õpilane saaks omandatud oskusi variatiivsetes situatsioonides rakendada.

Õpetusega kujundatakse õpilastel tegevuspädevus:

- praktilise tegevuse oskuste kasutamine korduvates ja vähe varieeruvates situatsioonides;
- praktilise tegevuse sooritamine toiminguid/operatsioone valides ja eesmärgipäraselt järjestades;
- osalemine jõukohases ühistevgevuses;
- oma tegevuse tulemuse hindamine eesmärgist lähtuvalt kas näidisega võrreldes või mälukujutlustele toetudes;
- tegevuste sooritamine iseseisvalt oma oskuste piires.

## 2. Üldpädevuste kujundamine tööõppe aines

Toimetulekuõppes käsitatakse pädevust kui võimetekohaste teadmiste, oskuste ja hoiakute kogumit, mis tagab suutlikkuse teatud tegevusalal või valdkonnas toime tulla.

Tööõppe aine õpetamine toetab õpilastel õppekava läbivate taotletavate kohandatud üldpädevuste kujunemist.

Tööõppe aine raames omandatud oskused ja teadmised valmistavad õpilast ette võimalikult iseseisvaks elulistes olukordades toime tulemiseks nii kooli- kui täiskasvanueas.

Õppimine toimub peamiselt elulistes olukordades praktiliste tegevuste kaudu.

Tööõppe aine täpne suund ja sisu valitakse vastavalt õpilaste eripärale ja kooli võimalustele kaasates lastevanemaid ja õpilasi. Valitud tööõppe suunale koostab ainekavad kool. Tööõpe võib sisaldada tööpraktikat, mille sisu esitatakse kooli õppekavas.

Tööõppe soovituslikus ainekavas on õpitulemuste saavutamiseks soovitatud käsitleda järgmisi teemavaldkondi:

- Ruumide korrashoid ja koristamine.
- Inimene ja töö.

- Asjad ja nende korrashoid.
- Toitlustamine.
- Köögitööd.
- Toiduvalmistamine.
- Sisseostude tegemine.
- Rõivastus ja selle hooldus.
- Haljastustööd. Aiandus.
- Käsitöö.
- Puidutöö.
- Õuesõpe.
- Õppekäigud.

Loetletud teemavaldkondade käsitlemise kaudu elulis-praktilistes olukordades ja klassikalises õppesituatsioonis kujunevad õpilastel õppekava läbivad üldpädevused.

### **Kultuuri- ja väärtuspädevus**

Tööõppe aine raames omandatud elulis-praktilised tööoskused tagavad õpilaste võimalikult suure iseseisvuse ning toetavad õpilaste kujunemist täieõiguslikuks ühiskonna liikmeks. Õpilased õpivad mõistma ja väärtustama töö tegemise olulisust. Nad saavad aru, kuidas avaldab inimtegevus, sh tootmine ja tarbimine, mõju ümbritsevale keskkonnale. Tööõppe tundides omandavad õpilased säästliku eluviisi põhimõtteid. Toiduvalmistamise raames on võimalik valmistada ja maitsta nii Eesti kui teiste rahvuste rahvustoite ning seeläbi tutvuda erinevate rahvuste kultuuripärandiga.

### **Sotsiaalne ja kodanikupädevus**

Tööõppe aine raames õpivad õpilased tegema erinevaid jõukohaseid töid. Õpilased õpivad hindama nii enda kui teiste inimeste poolt tehtud tööd ning suhtuvad sellesse lugupidavalt. Lihtsa töö oskusi omandades areneb õpilaste vastutustunne, õpilased õpivad mõistma enda kohustusi ja õigusi. Kaaslastega koos tööd tehes arenevad õpilaste sotsiaalsed oskused: suhtlemisoskus, kannatlikkus, sallivus jne. Õpilased jälgivad, õpivad mõistma ja täitma jõukohaseid piltide ja/või skeemidena ja/või verbaalselt esitatud tööjuhiseid. Õpilased õpivad koostegEVuses enda tööd planeerima, õigeaegselt teostama ja tulemust kontrollima. Tööõppe tundides raames toimuvate praktiliste tegevuste, õppekäikude jms läbi areneb õpilaste sotsiaalne ja kodanikupädevus. Õpilased osalevad kogukonnaüritustel, nt talgutel, aitavad endast nõrgemaid, nt on vabatahtlikena abis loomade varjupaigas jms.

### **Enesemääratluspädevus**

Tööõppe tundides omandavad õpilased oskused ja teadmised võimalikult iseseisvaks toimetulemiseks igapäevase elus ja ühiskonnas laiemalt. Õpilasi suunatakse omandama igapäevaelus vajaminevaid elulisi-praktilisi oskusi, nt koristamine, toiduvalmistamine, sisseostude sooritamine jms. Tööõppe tundides raames omandavad õpilased esmase ettekujutuse sellest, missuguses valdkonnas võiksid nad peale kooli lõpetamist rakendust leida. Õpilased tutvuvad erinevate jõukohase töö tegemise võimalustega nii koolis kui väljaspool, nt päevakeskustes, toetatud töökohal vms. Samuti tutvustakse õpilastele kutseõppeasutustes edasi õppimise võimalusi. Toetatakse võimalikult adekvaatse enesehinnangu kujunemist. Õpilased õpivad võimalikult iseseisvalt kavandama ja täide viima erinevaid tegevusi ning kontrollima saavutatud tulemust. Nad õpivad märkama enda ja teiste abivajadust, abi küsima ja abi pakkuma. Õpilased omandavad esmased oskused ja teadmised jõukohase töö tegemiseks.

### **Õpipädevus**

Õpilasi kaasatakse võimetekohaselt tööõppe tundides erinevate tööde kavandamisse, suunatakse alustatud tööd lõpule viima ja teostama enesekontrolli, nt võrdlema enda tööd näidise või kavandiga. Õpilasi suunatakse kasutama omandatud elulisi-praktilisi lugemis- ja

kirjutamisioskusi ning matemaatilisi oskusi töö õppimise raames - õpilased loevad piltide, skeemide, tekstina vms esitatud tööjuhendeid, kasutavad tuttavaid mõõteriistu jne.

### **Suhtluspädevus**

Suhtluspädevuse arengut toetavad tööõppe aine raames tekkivad elulised suhtlussituatsioonid, nendes osaledes omandavad õpilased suhtlemisoskuseid ja käitumismustreid. Õpilased õpivad kuulama, mõistma ja järgima õpetajapoolseid juhiseid, selgitusi jms. Ühise tööülesande raames õpivad õpilased suhtlema kaaslastega, väljendama enda soove, tundeid ja mõtteid, küsima ja pakkuma abi. Õpilaste suhtlusakte tuleb toetada ning suunata neid üha enam osalema vestlustes, kirjeldama enda töid ja avaldama oma arvamust.

### **Matemaatika-, loodusteaduste ja tehnoloogiaalane pädevus**

Tööõppe aine raames omandatakse nii eluks vajalikke oskusi kui ka säästliku ja keskkonnasõbraliku eluviisi põhimõtted. Õpilased õpivad tundma ja kasutama looduslikke materjale ja tehismaterjale. Õpilasi suunatakse materjale säästlikult kasutama, vältima liigse prügi teket ja hoolima ümbritsevast keskkonnast. Tööõppe raames on palju erinevaid võimalusi teiste ainete raames saadud teoreetilisi teadmisi rakendamiseks elulisi-praktilistes situatsioonides. Kasuks tulevad näiteks matemaatikaalased oskused, nt oskus mõõta erinevate mõõtvahendite abil (mõõtepulk, nõör, joonlaud jms), oskus kasutada joonlauda sirgjoone tõmbamiseks, oskus loendada erinevaid detaile jms.

### **Ettevõtlikkuspädevus**

Tööõppe raames omandatud teadmised ja isikuomadused aitavad õpilastel arendada ettevõtlikkust ja valmisolekut karjääri planeerimiseks ja tööturul toimetulemiseks. Tööõppe aine raames omandatud oskused on eelduseks võimalikult iseseisvaks toimetulemiseks igapäevases elus ja lihtsa töö tegemiseks.

### **Digipädevus**

Digitehnoloogia kasutamine tööõppe raames mitmekesistab õppeprotsessi. Nutiseadme tarkvara abil saab koostada poenimekirja, poes kasutada kalkulaatorit ostusumma arvutamiseks jms. Õpilased õpivad otsima retsepte ja toiduvalmistamise õppefilme internetist. Interneti vahendusel on võimalik tutvuda ka aiatööde tegemisega, rõivaste eest hoolitsemisega jm praktilise töö tegemisega nii kodus kui töökohal.

## **3. Tööõppe lõiming õppekava läbivate teemadega**

Õppekava läbivad teemad on üld- ja valdkonnapädevuste ning erinevate õppeainete lõimingu vahendiks. Õppekava läbivaid teemasid arvestatakse toimetulekuõppel oleva õpilase eripärasid arvestava ning toimetulekuõppe metoodikast lähtuva kohandatud õppimist ja arengut toetava koolikeskkonna loomisel. Läbivad teemad on aineülesed ja käsitlevad ühiskonnas olulisi valdkondi, mis läbi kujuneb õpilasel ettekujutus ühiskonna kui terviku toimimisest ning arengust. Õpilasel kujuneb oskus vastavalt oma võimetele omandatud oskusi ja teadmisi elulis-praktilistes olukordades rakendada. Õppekava läbivad teemade käsitlemine toimub kõikides tööõppe aine soovituslikes teemavaldkondades.

### **Elukestev õpe ja karjääri kujundamine**

Tööõppe raames omandatud oskused ja teadmised on baasiks elukestvale õppele ja karjääri kujundamisele. Seega on oluline luua positiivne hoiak õppimise ja lihtsa töö tegemise vastu, kujundada peamised õpi- ja tööoskused. Õpilasi suunatakse tajuma ja mõistma vastavalt võimetele enda tugevaid ja nõrgemaid külgi. Kujunevad oskused ja harjumus eesmärgi saavutamiseks järjepidevalt ennast arendada. Õpilased arvestavad tegutsemisel kokkulepitud reeglitega, alluvad distsipliinile ja on valmis tegutsema eesmärgi saavutamise nimel. Praktiliste tegevuste sooritamine meeskonnatöös valmistab õpilasi ette võimalikult iseseisvaks igapäevaseks eluks täiskasvanuna ja tööeluks.

### **Keskkond ja jätkusuutlik areng**

Keskkonnateadlikkus ja jätkusuutliku käitumisoskuse arendamine on vajalik kaasaegse maailma väljakutsetega toimetulemiseks ja jätkusuutliku eluviisi edendamiseks. Teema käsitlemine toimub tööõppe raames saadavate kogemuste kaudu. Õpilastele mõistetavatest praktilistest töölaadsetest tegevustest lähtuvalt tutvustatakse loodushoiu ja inimeste jätkusuutliku tegutsemise põhimõtteid. Õpilased tutvuvad erinevate looduslike ja tehismaterjalidega, õpivad neid eristama, sorteerima, kasutama, taaskasutama ja utiliseerima. Õpilasi suunatakse materjale säästlikult kasutama. Olulisel kohal on materjalide, rõivaste, toidu jms taaskasutus, loodusressursside hoidmine.

### **Kodanikualgatus ja ettevõtlikkus**

Tööõppe raames suunatakse õpilaste kujunemist aktiivseteks ja vastutustundlikeks kogukonna ja laiemalt ühiskonna liikmeteks. Töö tegemise kogemuse kaudu õpivad õpilased austama enda ja teiste poolt tehtud tööd. Nad omandavad oskused kavandada enda igapäevaseid tegemisi ja töölaadseid ettevõtmisi. Õpilastel kujuneb positiivne suhtumine praktilistesse, sh töölaadsetesse tegevustesse. Kaaslastega koos paaris- ja rühmatöid tehes omandavad õpilased esmased koostööoskused. Õpilased õpivad märkama probleeme ja neid samm-sammult lahendama, püstitama eesmärgi, töötama vastavalt suunistele ettenähtud ajaperioodi kestel. Praktilise tegevuse kaudu sisseostude sooritamisel õpivad õpilased kasutama raha säästlikult. Tööõppe tundide raames on võimalik õpilaste algatusvõime ja ettevõtlikkuse toetamiseks läbi viia projektipõhist õpet. Üheks projektipõhise õppe võimaluseks on näiteks avada teatud ajaperioodiks koolis kohvik. Kohviku projekti raames õpivad õpilased planeerimisoskusi, oskuse kavandatut ellu viia ja kontrollida. Kujuneb oskus õpitut praktikas rakendada, nt söögitegemise oskused, oskus katta lauda, pesta nõusid jms. Areneb suhtluspädevus, lihtsad ettevõtlusoskused, oskus eelarvet koostada jms (vt Tegevusele suunatud õpetus. Projektipõhine õpe).

### **Kultuuriline identiteet**

Tööõppe tundides tutvuvad õpilased Eesti kultuuripärandiga. Muuseumitundides õpivad õpilased tundma eestlaste eluolu läbi erinevate ajastute kuni tänapäevani välja, näiteks tutvuvad vanade tööriistade ja talutöödega, riietusega, sh rahvarõivastega jms. Kokanduse raames, saab valmistada erinevate rahvaste toite ja tutvuda toidutegemisega vanal ajal. Praktiliste tegevuste kaudu õpivad õpilased märkama ajalisi ja rahvuslikke erinevusi ning neil kujuneb rahvusliku kuuluvuse tunne ning positiivne suhtumine erinevustesse inimeste ja kultuuride vahel.

### **Teabekeskkond ja meediakasutus**

Õpilast suunatakse igapäevastes tegevustes orienteerumisel ja nende sooritamisel kasutama piltide, siltide, märksõnadena, skeemidena vms esitatud tööjuhiseid. Õpilasi suunatakse leidma ja mõtestama ümbritsevas keskkonnas olevat eelkõige visuaalselt esitatud teavet, nt teabemärke riietusesemetel, märke ja skeeme toidupakenditel, skeemidena esitatud juhendeid tehnika kasutamiseks, teavet poes oleva kauba paiknemise kohta müügisaaalis jms.

### **Tehnoloogia ja innovatsioon**

Tööõppe aine teemavaldkondade raames saab kasutada õppetegevuse mitmekesistamiseks erinevaid õpilaste arengule vastavaid seadmeid, digikeskkondi ja -rakendusi. Õpilasi saab suunata otsima asjakohast teavet internetist. Kui õpilane kasutab verbaalset kõnet toetavat või asendavat digivahendit tuleb õpilast suunata seda järjepidevalt kasutama õppetegevuses. Kasutusel olevat AAC vahendit tuleb tutvustada kõikidele õpilasega tegelevatele täiskasvanutele ja kaasõpilastele (vt AAC vahendite kasutamine).

### **Tervis ja ohutus**

Läbivalt toimub tööõppe raames ohutus- ja hügieeniteemade käsitlemine. Õpilasi suunatakse võimalikult adekvaatselt hindama enda võimeid, ohutult käsitlema töövahendeid, arvestama

vahendite kasutamisel kaaslastega jne. Õpilastel kujundatakse teadmised ja oskused ohtude märkamiseks, ohtudest hoidumiseks ning enda ja teiste abivajaduse märkamiseks ning abi kutsumiseks. Õpilasi suunatakse teadlikult kasutama vajalikke töökaitsevahendeid. Tööõppe raames kujundatakse õpilastel teadmised ja oskused hoolitseda isikliku hügieeni eest. Olulisel kohal on oskus märgata määratud riideid, sh tööriideid, neid pesta ja korrastada.

### **Väärtused ja kõlblus**

Toimetulekuõppes on õpilaste õpimotivatsiooni tõstmise seisukohalt määrava tähtsusega õpilase ja õpetaja positiivne ühistegevus. Selleks, et õpilane väärtustaks praktilise töö tegemist, peab õpetaja olema õpilasele eeskujuks positiivse suhtumisega töösse. Praktilise töö tegemise läbi õpivad õpilased tundma iseennast, märkama enda ja kaaslaste emotsioone. Ühiste tegevuste, sh õppekäikudel osalemise kaudu kujunevad õpilastel suhtlemisoskused ja positiivsed väärtushinnangud.

## **4. Tööõppe aine lõiming teiste õppeainetega**

Tööõppe aine raames kujundatakse õpilaste esmaseid igapäevaelu- ja tööoskusi.

Tööõppe aineist tulenevad teemad võivad olla toimetulekuõppes üldõpetuse teljeks. Õppetööd võib kavandada projektipõhise õppena.

### **Tööõppe ja emakeel**

Tööõppe aine tegevuste raames suhtleb õpetaja õpilastega kasutades õpilaste kõnest arusaamise tasemele vastavaid verbaalseid ja alternatiivseid suhtlusvahendeid. Õpilasi suunatakse aktiivselt kasutama olemasolevaid verbaalseid ja/või alternatiivseid suhtlusvahendeid, vajadusel verbaliseerib õpetaja õpilaste tegevust. Laiendatakse käsitletavate teemavaldkondade kaupa õpilaste passiivset ja aktiivset sõnavara. Õpilasi suunatakse osalema loomulikes suhtlussituatsioonides, küsima küsimusi ja avaldama oma arvamust. Õpilased loevad piltide, skeemide, sõnade/ lihtlausete kaudu esitatud teavet ning töö täitmisel lähtuvad sellest. Koostöös teistega arenevad õpilaste suhtlemisoskused.

### **Tööõppe ja elu- ja toimetulekuõppe**

Tööõppe ja elu- ja toimetulekuõppe teemavaldkonnad on tihedalt lõiminud. Osaliselt on elu- ja toimetulekuõppes omandatavad kogemused, oskused ja teadmised aluseks tööõppes käsitletavatele teemadele. Teisalt käsitletakse elu- ja toimetulekuõppe aine ja tööõppe aine õpetamisel samaaegselt ühe valdkonna teemasid. Elu- ja toimetulekuõppe aines toimub õpilase eneseteenindusoskuste ja esmaste tööharjumuste kujundamine, mis on aluseks tööõppe aines omandavatele lihtsa töö oskustele. Elu- ja toimetulekuõppes omandatavad teadmised ametitest, kujutlus raha olemusest ja selle teenimisvõimalustest, teadmised kokkuhoidust ja säästmisest on aluseks tööõppes käsitletavatele sisseostude sooritamise ja eelarve planeerimisega seonduvatele tegevustele. Tööõppe aines omandatud lihtsa töö oskustele tuginedes on võimalik nõustada elu- ja toimetulekuõppe raames õpilasi karjäärivaliku teemadel.

### **Tööõppe ja matemaatika**

Tööõppe ja matemaatika teemavaldkonnad on omavahel tihedalt lõiminud ning täiendavad teineteist. Matemaatika annab vajalikke oskusi ja teadmisi tööõppe aine raames püstitatud töölaadsete ülesannete täitmiseks. Tööõppe raames tööde kavandamisel ja teostamisel tehakse praktilisi mõõtmisi. Puhastusvahendite kasutamisel peab orienteeruma praktiliselt erinevates mahuühikutes. Ruumide sisustamisel ja kujundamisel ning koristustööde sooritamisel on oluline ruumis orienteerumise oskus. Toitlustuse ja kokanduse raames toetutakse matemaatika aines omandatud oskuste ja teadmiste eelarve planeerimisel, poes praktiliste ostude sooritamisel. Toiduvalmistamisel on oluline kasutada taimerit, oskus valida pliidiil ja ahjul sobiv temperatuur, tunda kaalu- ja mahuühikuid jms.

### Tööõppe ja kunst ja käeline tegevus

Tööõppe ja kunsti ja käelise tegevuse teemavaldkonnad on tihedalt põimunud. Nii tööõppe kui kunsti ja käelise tegevuse aines luuakse alus lihtsate tööoskuste ja tööharjumuse kujunemiseks. Ühes aines omandatud oskusi kasutatakse teises aines tegevuste sooritamisel.

### Tööõppe ja kehaline kasvatus

Kehalise kasvatus tundides omandavad õpilased tööõppes õpitavate tööülesannete täitmise eelduseks oleva füüsilise võimekuse. Kehalise kasvatus tundides suunatakse õpilasi järgima tervisliku eluviisi põhimõtteid - nii liikumise, toitumise kui vaimse tervisega seonduvaid. Tervisliku toitumise teemat saab praktikas rakendada tööõppe tundides õpitava menüü planeerimise ja toiduvalmistamise käigus.

### Tööõppe ja muusika ja rütmika

Tööõppe aines omandatud praktilisi tööoskusi saavad õpilased rakendada näiteks koolikontsertide lava ülesseadmisel abiks olles. Erinevaid töid on võimalik sooritada meelepäraselt muusikat kuulates ühendades nii muusikakuulamise kui harrastuse praktiliste tööoskuste omandamisega.

## 5. Tööõppe aine rõhuasetused

| I arengutase                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | II arengutase                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | III arengutase                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Toimub igapäevaste majapidamistöde osatoimingute praktiline õppimine koostegEVuses.<br><br>Täidetakse erinevaid jõukohaseid tööülesandeid koostöös või individuaalselt.<br><br>Tööoperatsioonid/tegevused jaotatakse õpilaste vahel nende võimeid ja oskusi arvestades.<br><br>Tööprotsessile antakse positiivset tagasisidet. | Kujundatakse praktilise tegevuse oskusi, harjutatakse nende rakendamist korduvates situatsioonides.<br><br>Õpitakse töövõtteid ning neid õiges järjestuses sooritama.<br><br>Kujundatakse oskusi sooritada koostöös järjekorras tööoperatsioone/tegevusi.<br><br>Õpilasi suunatakse valima jõukohaseid õpitud tööoperatsioone ja tegevusi.<br><br>Tööprotsessile ja tulemusele antakse positiivset tagasisidet. | Kinnistatakse omandatud töövõtteid ja õpitakse uusi.<br><br>Tähelepanu pööratakse tööoperatsioonide õigele järjekorrale ning töö lõpetamise vajalikkusele.<br><br>Hakatakse täitma tööülesandeid, mille puhul töö valmib alles teatud aja möödudes.<br><br>Praktiseeritakse sotsiaalse suunitlusega tööülesandeid, teiste abistamist.<br><br>Kasutatakse laiendatud sõltuvat koostööd (tööd tehakse ühel ajal ning ühist eesmärki silmas pidades).<br><br>Õpilasi õpetatakse suunatult oma tegevusi ja töö tulemust planeerima, ise sobivaid töövahendeid valima ja konkreetse töö teostamiseks vajalikke osatoiminguid järjestama.<br><br>Õpilasi suunatakse oma töö tulemusi kontrollima ja hindama. |

|  |  |                                                                                                                                                        |
|--|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  |  | <p>Õpilasi suunatakse oma tegevusele ja valmis tööle hinnangut andma.</p> <p>Kujundatakse harjumus teha nii meeldivat kui ka vähem meeldivat tööd.</p> |
|--|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## 6. Tööõppe aine õpitulemused, õppesisu ja soovitud õppetöö läbiviimiseks

### 6.1 Teema: Ruumide korrashoid ja koristamine

#### 6.1.1 Õpitulemused

| I arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | II arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | III arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Õpilane:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) täidab koostegemisel jõukohaseid ülesandeid korrapidamis- ja majapidamistöodes;</li> <li>2) täidab koostegevuses tööülesandeid;</li> <li>3) püsib suunamisel lühiajaliselt tööprotsessis ja viib alustatud töö koostegevuses lõpuni;</li> <li>4) kasutab koostegevuses talle antud töövahendeid;</li> <li>5) võtab vastu abi;</li> <li>6) täidab suunamisel hügieeni- ja ohutusnõudeid;</li> <li>7) osaleb koostegevuses töö planeerimisel, jälgib ja järgib suunamisel töö piltplaani;</li> <li>8) koristab koostegevuses pärast töö lõpetamist oma töökoha;</li> <li>9) eristab suunamisel prügi vajalikest esemetest ja viib prügikasti.</li> </ol> | <p>Õpilane:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) teeb meeldetuletamisel õpitud korrapidamis- ja majapidamistööd;</li> <li>2) täidab talle antud tööülesande ühe osana ühistööst;</li> <li>3) viib alustatud töö enamasti lõpuni;</li> <li>4) valib tööks vajalikud töövahendid, sh kodutehnika ja kasutab seda juhendamisel;</li> <li>5) märkab enda abivajadust tööülesannete täitmisel ja küsib abi;</li> <li>6) täidab meeldetuletamisel hügieeni- ja ohutusnõudeid;</li> <li>7) koostab, jälgib ja järgib suunamisel töö visuaalset plaani;</li> <li>8) koristab suunamisel pärast töö lõpetamist oma töökoha;</li> <li>9) 9) sorteerib juhendamisel prügi, on suunamisel säästlik ja taaskasutav.</li> </ol> | <p>Õpilane:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) teeb õpitud jõukohaseid majapidamistööd;</li> <li>2) osaleb võimetekohaselt ühistöös;</li> <li>3) viib alustatud töö lõpuni;</li> <li>4) valib töö tegemiseks vajalikud töövahendid, sh kodutehnika ja kasutab neid;</li> <li>5) küsib vajaduse korral abi ülesande täitmiseks;</li> <li>6) abistab suunamisel teisi jõukohaste tööülesannete täitmisel;</li> <li>7) täidab hügieeni- ja ohutusnõudeid erinevate õpitud tööde juures;</li> <li>8) koostab, jälgib ja järgib töö plaani;</li> <li>9) on säästlik ja taaskasutav igapäevastes kodu- ja majapidamistöodes.</li> </ol> |

### 6.1.2 Õppesisu

| Ruumide korrashoid ja koristamine                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| I arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | II arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | III arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <p>Koostegevuses klassi korrastamisel ja koristamisel osalemine.</p> <p>Suunamisel oma töökoha korrastamine. Isiklike töövahendite karbi paigutamine selleks ettenähtud kohale.</p> <p>Suunamisel korrapidaja lihtsamate ülesannete täitmine (nt tahvli puhastamine, PCS piltide äravõtmine, klassis olevate laste piltide leidmine, juhendamisel ilmakalendri täitmine jne).</p> <p>Tutvumine erinevate koristamisel kasutatavate töövahendite ja nende otstarbega (nt lapp, hari, kühvel, luud, mopp, ämber).</p> <p>Juhendamisel erinevate tuttavate töövahendite kasutamine.</p> <p>Koostegevuses tolmu pühkimine.</p> <p>Koostegevuses mööbli paigutamine klassiruumis sobivale kohale.</p> <p>Lühiajaline keskendumine tööprotsessile, koostegevuses töö lõpule viimine (nt lapiga tolmu pühkimine).</p> <p>Koostegevuses eeskuju järgi hügieeni- ja ohutusnõuete järgimine.</p> <p>Lihtsate piltskeemide suunatud lugemine ja koostegevuses järgimine. Koostegevuses lihtsa töö kavandamine esemete ja/või pildimaterjali abil (nt igapäevaelu esemed, fotod, PCS pildid, piktogramm id vms).</p> | <p>Korrapidaja tööülesannete jaotamine ja täitmine.</p> <p>Verbaalsel suunamisel eluruumide ja klassi korrashoid, korrastamine.</p> <p>Tuttavate koristusvahendite kasutamine ruumide koristamisel.</p> <p>Meeldetuletamisel tuttavate koristustööde iseseisev sooritamine. Tolmu pühkimine. Põranda pühkimine. Põranda pesemine mopiga. Tahvli, laudade ja uste pesemine.</p> <p>Suunamisel põrandate ja põrandakatete puhastamine tolmuimejaga.</p> <p>Verbaalsel suunamisel mööbli paigutamine klassiruumis õigele kohale (nt peale koristamist, klassi pidu vms).</p> <p>Verbaalsel suunamisel nõudepesumasinasse mustade nõude paigutamine, puhaste nõude masinast välja võtmine.</p> <p>Koostegevuses pesumasinas kodutekstiilide pesemine: sorteerimine, pesumärkide lugemine, pesumasinaga programmide lugemine ja sobiva valimine.</p> <p>Verbaalsel suunamisel pildimaterjali ja/või sõnakaartide abil lihtsa töö tegevusplaani / tegevuste jada koostamine.</p> <p>Tutvumine puhastusainete hoiatavate tingmärkidega (tuleohhtlik, mürgine jms), koostegevuses tingmärkidega arvestamine.</p> | <p>Korrapidaja ülesannete järjestamine. Ülesannete jaotamine koristustöödel.</p> <p>Ühiselt kasutatavate ruumide (trepikojad) korrashoid ja koristamine.</p> <p>Puhastusainete hoiatavad tingmärgid ja nende arvestamine tegevustes.</p> <p>Kummikinnaste kasutamine.</p> <p>Seinte (värvitud, plaaditud) pesemine, puhastusvahendite valimine ja kasutamine.</p> <p>Valamute, WC-pottide puhastamine, selleks vajalike vahendite valimine ja kasutamine.</p> <p>Peeglite, ukseklaaside, akende pesemine; puhastusvahendite valimine ja kasutamine.</p> <p>Kodutekstiilide kasutamine ja puhastamine.</p> <p>Tekkide, mööblikatete kloppimine klopitsaga, käsitsi.</p> <p>Voodipesu vahetamine.</p> <p>Pehme mööbli, radiaatorite puhastamine tolmuimejaga.</p> <p>Suurpuhastus: kardinad, katted, kupid.</p> <p>Koristustöö plaani koostamine pildimaterjali abil või kirjalikult. Koostatud plaani järgimine.</p> <p>Vajalike kodutööde planeerimine nädalaks.</p> <p>Kaaslaste abivajaduse märkamine ja abi osutamine.</p> |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Igapäevase tuttava kodutehnika (nt veekeetja, tolmuimeja, nõudepesumasin, külmkapp, mikrolaineahi jne) otstarbe mõistmine. Elulis-praktilistes olukordades koostegevuses tuttava kodutehnika kasutamisel osalemine.</p> <p>Abi vastuvõtmine, abi osutamisel tööprotsessis püsimine.</p> | <p>Kummikinnaste otstarve ja kasutamine meeldetuletamisel.</p> <p>Toataimede eest hoolitsemine. Lillede kastmine meeldetuletamisel.</p> <p>Lühiajalise töö või õpilasele antud tööosa täitmine ja lõpuni viimine.</p> <p>Enda abivajaduse märkamine ja abi küsimine.</p> | <p>Ohutusnõuete järgimine töötamisel koristustarvete (käru, reha, mopp, erinevad harjad, luud, tolmulapp, prügikühvel, pihustuspudel) ja puhastusvahenditega.</p> <p>Puhastus- ja pesemisvahendite valik ja kasutamine vastavalt otstarbele, doseerimine.</p> <p>Koristusvahendite hooldamine ja hoiustamine.</p> <p>Jäätmete sorteerimine: taara, biojäätmel, segaolmejäätmel, ohtlikud jäätmel, paber- ja papp, ehitusjäätmel.</p> <p>Prügi ja jäätmete koristamine ja viimine spetsiaalsetesse konteineritesse.</p> <p>Erinevate ruumide koristamine: köök, õpilaskodu ruumid, klassiruum, koridor jne): ruumide pühkimine, töötamine tolmuimejaga; põranda pesemine (ämbri täitmine veega, mõõdunõud kasutades vajaliku koguse pesemisvahendi lisamine, mopi ja põrandalapi käsitlemine, pesemine lapi või mopiga, pesuvee vahetamine); märja lapi ja mopi hooldamine.</p> <p>Erinevate katetega (linoleum, laminaat, keraamilised plaadid) põrandate hooldamine ja sobivate puhastusvahendite valimine.</p> <p>Akende pesu: otsustamine, kas aken on must; pesuvahendi pihustiga klaasile kandmine; mustuse eemaldamine spetsiaalsete harjadega; niiske lapiga puhastusvahendi</p> |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|  |  |                                                                                                            |
|--|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  |  | eemaldamine klaasilt; kuiva lapiga kuivatamine.<br><br>Kooli territooriumi teede pühkimine luuaga/harjaga. |
|--|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

### 6.1.3 Soovitused õppetöö läbiviimiseks

- **Õpilaste arengutasemetega arvestamine õppetegevuse kavandamisel ja läbiviimisel**

Tööõppe aines toimub õppetegevus kolmel arengutasemel: I arengutase, II arengutase, III arengutase.

Samaealiste toimetuleku õppekava järgi õppivate õpilaste kogemused, võimed, oskused ja teadmised erinevad tingituna puude spetsiifikast ja kaasuvatest diagnoosidest.

Ühes klassis õppivad õpilased võivad olla tööõppe aines erinevatel arengutasemetel.

Õppetegevuse kavandamisel ja läbiviimisel lähtutakse iga konkreetse õpilase kogemustest, võimetest, oskustest ja teadmistest. Õpilane jõuab järgmisele arengutasemele erinevates tööõppe aine valdkondades vastavalt individuaalsele arengu tempole (vt Mõiste "arengutase" kasutamine toimetulekuõppes).

- **Tööoskuste õppimine praktilise tegevuse läbi elulistes olukordades vähendab omandatud oskuste ja teadmiste uude olukorda ülekandmisega seonduvaid probleeme**

Toimetulekuõppe õpilased omandavad uusi oskusi ja teadmisi kõige paremini elulistes praktilistes olukordades. Elulistes situatsioonides õppides vähenevad oluliselt õpitud oskuste uude olukorda ülekandmisega seonduvad probleemid.

Paremate õppimisvõimaluste loomiseks ning igapäevase õppetegevuse mitmekesistamiseks on soovitatav korraldada võimalikult sageli õppekäike erinevatesse ametiasutustesse, organiseerida õpilastele praktilist töö õpet nii koolis kui väljaspool kooli.

- **Õpilaste kaasamine klassiruumi kujundamisel ja kaunistamisel**

Õpilastele tuleb anda võimalus osaleda ümbritseva keskkonna kujundamisel. Esialgu võib anda õpilastele valikuks, kas paigutada näiteks klassiruumis nukkunuke akna alla või hoopis kapi kõrvale. Õpetaja jaoks on mõlemad valikud sobivad, kuid õpilastel tekib tunne, et nemad saavad klassi kujundamise üle otsustada.

- **Koolis õpitud oskuste kinnistamine kodus**

Tööõppe tundides omandatud oskuste ja teadmiste kinnistamisel on oluline kooli ja kodu tihe koostöö. Koolis omandatud elulisi-praktilisi igapäeva- ja tööoskusi saavad õpilased kasutada kodustes tingimustes.

- **Positiivne ja turvaline keskkond tegutsemiseks. Piiride kehtestamine**

Tööõppe tundides on turvalisel õpikeskkonnal, sh positiivsetel suhetel õpetaja ja õpilase vahel väga oluline kui mitte määrav roll. Toimetulekuõppe õpilane tegutseb ja õpib siis, kui ta on sisemiselt motiveeritud ja tahab tegutseda. Oluline on, et õpetaja usuks õpilase võimetusse ja suunaks õpilast järjepidevalt töölaadsetes tegevustes osalema. Oluline on protsessis osalemine ja tegevustest positiivse tagasiside ja eduelamuse saamine.

Turvalise õpikeskkonna saavutamiseks on oluline seada õpilastele kindlad kokkuleppelised piirid, mille raames õpetaja suunamisel tegutseda.

## 6.2 Teema: Inimene ja töö

### 6.2.1 Õpitulemused

| Inimene ja töö                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| I arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | II arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | III arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <p>Õpilane:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) kasutab koostegevuses talle antud töövahendeid;</li> <li>2) püsib suunamisel lühiajaliselt tööprotsessis ja viib alustatud töö koostegevuses lõpuni;</li> <li>3) võtab vastu abi;</li> <li>4) osaleb koostegevuses töö planeerimisel, jälgib ja järgib suunamisel töö piltplaani;</li> <li>5) on tutvunud mänguliste tegevuste kaudu erinevate tuttavate elukutsetega.</li> </ol> | <p>Õpilane:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>6) kasutab tööülesannete täitmiseks tuttavaid töövahendeid;</li> <li>7) viib suunamisel alustatud töö lõpuni;</li> <li>8) märkab enda abivajadust tööülesannete täitmisel ja küsib abi;</li> <li>9) koostab, jälgib ja järgib suunamisel töö visuaalset plaani;</li> <li>10) teab/oskab nimetada tuttavate elukutsete esindajaid;</li> <li>11) teab ema/isa ametit.</li> </ol> | <p>Õpilane:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) valib töö tegemiseks vajalikud töövahendid ja kasutab neid;</li> <li>2) viib alustatud töö lõpuni;</li> <li>3) osaleb võimetekohaselt ühistöös;</li> <li>4) küsib vajaduse korral abi ülesande täitmiseks;</li> <li>5) abistab suunamisel teisi jõukohaste tööülesannete täitmisel;</li> <li>6) koostab, jälgib ja järgib töö plaani;</li> <li>7) tunneb erinevaid jõukohaseid ameteid;</li> <li>8) omab esmast töökogemust õppetöökojas, haljastusvaldkonnas vms.</li> </ol> |

### 6.2.2 Õppesisu

| Inimene ja töö                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| I arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | II arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | III arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <p>Tutvumine elukutsetega, millega õpilane igapäevaselt kokku puutub: õpetaja, koristaja, bussijuht, arst, müüja jms. Nende töökohad, peamised tööülesanded. Vastavasisulised rollimängud ja õppemängud: lotod, moorini, pusled jms.</p> <p>Koristaja tööülesanded koolis. Koristaja töö matkimine klassis mängulises tegevuses ja elulises situatsioonis.</p> | <p>Tuttavad elukutsed: müüja, õpetaja, koristaja, kokk, bussijuht, arst, medõde, ehitaja, müüja jms. Nende töökoha, töövahendite ja tööülesannetega tutvumine.</p> <p>Ema/isa töökoht ja amet.</p> <p>Verbaalsel suunamisel päevaplaani koostamine pildimaterjali ja/või sõnakaartide abil. Koostatud päevaplaani jälgimine, järgimine ja täitmine suunamisel.</p> | <p>Kodukoha lähedal asuvad ettevõtted ja asutused. Õpilasele jõukohased ametid, nt koristaja, pesumasinist, haljastustöötaja, majahoidja, köögitööline, laadija, sulane jms. Nende ametite tööülesanded.</p> <p>Õpitud osaoskuste ühendamine ahelaks ja tuttava töö sooritamine algusest lõpuni, sh vajalikke tööriistade valimine, nende asukoha leidmine ja töö</p> |

|                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Suunamisel enda töökoha korrastamine, isiklike asjade paigutamine selleks ettenähtud kohale.</p> <p>Koostegevuses lapiga tolmu pühkimine.</p> <p>Tegevustes abi vastuvõtmine ja koostöös tegevuse jätkamine.</p> | <p>Klassis korrapidaja tööülesannete jaotamine ja täitmine.</p> <p>Osalemine klassi korrastamisel ja koristamisel. Klassis olevate puhastusvahendite koha teadmine, nt seebi, lapi, harja, kühvli jne asukohad.</p> <p>Enda abivajaduse märkamine ja abi küsimine.</p> | <p>lõpetamisel tagasipanemine kokkulepitud kohale.</p> <p>Töötamine erinevates töökohtades: nt puutöökoda, aed, õppeköök, aed, park jne.</p> <p>Kutse õppimise võimalused. Tutvumine toetatud ja kaitstud töö tegemise võimalustega. Tutvumine SKA poolt pakutavate teenustega, sh töölaadsete tegvustega teenuse raames.</p> <p>Vajadusel abi palumine töö tegemisel. Vanade inimeste, nooremate ja puudega inimeste abistamine. Kaaslaste abivajaduse märkamine ja abi osutamine. Erinevus: kellegi eest töö ära tegemine vs abistamine.</p> |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

### 6.2.3 Soovitused õppetöö läbiviimiseks

- Vabalt kasutatavad õppemängud klassis kasutamiseks**  
 Klassis võiksid olla õpilastele igapäevaseks vabaks kasutamiseks erinevad elukutseid tutvustavad õppemängu: pusled, memoriinid, vahendid rollimängude mängimiseks jne ja vastavasisulised (pildi)raamatud.
- Tutvumine erinevate elukutsetega**  
 Õppekäigud õpilaste jaoks eluliselt oluliste elukutsete esindajate juurde: arst, müüja, juuksur, bussijuht, tuletõrjuja, politseinik jne. Tutvumine nende tööülesannetega.
- Tööharjutused õpilastele jõukohastes ametites**  
 Tööharjutused jõukohastes ametites Kopli Ametikoolis.

## 6.3 Teema: Asjad ja nende korrashoid

### 6.3.1 Õpitulemused

| Asjad ja nende korrashoid                                                                                                            |                                                                                                                              |                                                                                                                                           |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| I arengutasemel lõpuks                                                                                                               | II arengutasemel lõpuks                                                                                                      | III arengutasemel lõpuks                                                                                                                  |
| <p>Õpilane:</p> <p>1) täidab koostegemisel jõukohaseid ülesandeid korrapidamis- ja majapidamistöodes;</p> <p>2) võtab vastu abi;</p> | <p>Õpilane:</p> <p>1) teeb meelde tuletamisel õpitud korrapidamis- ja majapidamistööd;</p> <p>2) märkab enda abivajadust</p> | <p>Õpilane:</p> <p>1) teeb õpitud jõukohaseid majapidamistööd;</p> <p>2) abistab suunamisel teisi jõukohaste tööülesannete täitmisel;</p> |

|                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                   |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>3) tunneb ära endale kuuluvad esemed, teab oma asjade kokkulepitud hoiukohta;</p> <p>4) hoiab suunamisel korras oma töökoha;</p> <p>5) eristab suunamisel prügi vajalikest esemetest ja viib prügikasti.</p> | <p>tööülesannete täitmisel ja küsib abi;</p> <p>3) teeb vahet oma ja võõrastel asjadel;</p> <p>4) hoiab igapäevaselt korras oma koolitarbed ja töökoha;</p> <p>5) sorteerib juhendamisel prügi, on suunamisel säästlik ja taaskasutav.</p> | <p>3) teeb vahet omandisuhetel oma-võõras-meie;</p> <p>4) on säästlik ja taaskasutav igapäevastes kodu- ja majapidamistöodes.</p> |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

### 6.3.2 Õppesisu

| Asjad ja nende korrashoid                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| I arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | II arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | III arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <p>Enda asjade, sh koolitarvete ja riietusesemete tundmine, eristamine kaaslaste omast.</p> <p>Suunamisel oma töökoha korrastamine.</p> <p>Koostegevuses oma kooliasjade ülevaatamine põhimõttel kasutuskõlblik või mitte.</p> <p>Kasutuskõlbmatute ja mittevajalike esemete äraviskamine, nt tühjad värvitopsid, liimpulgad, kuivanud vildikad jms.</p> <p>Koostegevuses näitvahenditena kasutatavate riietusesemete ülevaatamine põhimõttel määratud, katkine jms.</p> <p>Enda riietuse ülevaatamine põhimõttel määratud - puhas, terve- katkine.</p> <p>Pildimaterjali põhjal koostegevuses otsustamine, kas piltidel kujutatud tarbeesemed ja riietusesemed on kasutuskõlblikud. Mida teha kasutuskõlbmatute asjadega: parandamine, pesemine, ära viskamine.</p> <p>Abi vastuvõtmine, abi osutamisel tööprotsessis püsimine.</p> | <p>Asjade eristamine põhimõttel minu oma, meie oma.</p> <p>Töökoha korrastamine meelde tuletamisel. Erinevad panipaigad klassiruumis, seal olevad esemed. Panipaikade korrashoid.</p> <p>Oma asjade, töövahendite eest hoolitsemine, nende paigutamine selleks ettenähtud kohale.</p> <p>Koolitarvete kasutuskõlblikkuse, puhtuse jms jälgimine verbaalsel suunamisel. Töövahendite töökorda seadmine: pliatsite teritamine, pinali korrastamine jms.</p> <p>Materjaliõpetus: paber, klaas, plastik, metall, tekstiil, puit, looduslikud materjalid jne.</p> <p>Prügi sorteerimise alustõed: olmejäätmekäbid, papp ja paber, Bio jäätmed, klaas, pakend. Tutvumine erinevate prügikonteineritega koolimajas, õuealal, avalikus ruumis. Verbaalsel suunamisel prügi sorteerimine.</p> <p>Tutvumine säästliku eluviisi põhimõtetega: kokkuhoid ja taaskasutus. Osalemine koolis läbiviidavate taaskasutusprojektides.</p> | <p>Asjade eristamine põhimõttel meie oma, võõras.</p> <p>Erinevate panipaikade korrashoid ja koristamine.</p> <p>Põranda- ja tolmulappide pesemine. Töövahendite ratsionaalne paigutus, ära panemine peale kasutamist ja hoidmine.</p> <p>Koristustöödel vee, puhastusvahendite ratsionaalne tarbimine. Elektri säästlik tarbimine.</p> <p>Prügi sorteerimine, vajadusel abi küsimine.</p> <p>Riietuse sorteerimine põhimõttel: sobib kandmiseks aga enam ei meeldi ja läheb taaskasutusse; ei sobi kandmiseks - saab kasutada käsitöömaterjalina (nt vaibakudumine), tuleb ära visata.</p> <p>Kasutatud patareide, rõivaste, kõlbmatu ravimite selleks ettenähtud kohtadesse viimine.</p> <p>Asjade pakkimine väljasõiduks, ekskursiooniks. Vajalike asjade nimekirja koostamine.</p> |

|                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Osalemine keskkonnahariduslikus õppeprogrammis „Jäätmetekke vältimine ja vähendamine, kordus- ja taaskasutamine ning jäätmete liigiti kogumise harjumuse kujundamine”, kus Prügihunt õpetab lapsi jäätmeid koguma.</p> | <p>Prügivedaja amet ja tööülesanded.</p> <p>Verbaalsel suunamisel enda riietuse ülevaatamine põhimõttel määratud-puhas, katkine - terve. Suunamisel riiete, sh aluspesu ja sokkide vahetamise vajaduse üle otsustamine. Kehalise kasvatus riiete korrashoid.</p> <p>Koostegevuses käsitsi väikeste riideesemete, nt sokid, pesemine.</p> <p>Koostegevuses pesumasinas pesu pesemine: riiete sorteerimine, pesumärkide lugemine, pesumasina programmide lugemine ja sobiva valimine.</p> <p>Pesu kuivama panemine.</p> <p>Enda abivajaduse märkamine ja abi küsimine.</p> <p>Osalemine keskkonnahariduslikus õppeprogrammis „Jäätmetekke vältimine ja vähendamine, kordus- ja taaskasutamine ning jäätmete liigiti kogumise harjumuse kujundamine”, kus Prügihunt õpetab lapsi jäätmeid koguma.</p> | <p>Kaaslaste abivajaduse märkamine ja abi osutamine.</p> <p>Osalemine keskkonnahariduslikus õppeprogrammis „Jäätmetekke vältimine ja vähendamine, kordus- ja taaskasutamine ning jäätmete liigiti kogumise harjumuse kujundamine”, kus Prügihunt õpetab lapsi jäätmeid koguma.</p> |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

### 6.3.3 Soovitused õppetöö läbiviimiseks

- **Suurpuhastus klassiruumis**  
Koos õpilastega võib koduklassis läbi viia nt jõulueelse, kevadise vms suurpuhastuse.
- **Õppeprogrammide külastamine KIK projekti raames**  
Tartu Loodusmaja. Vähem prügi.  
Tartu Loodusmaja. Kuidas ja millest tehakse minu riided?  
Tartu Loodusmaja. Kust pakendid tulevad ja kuhu lähevad?

## 6.4 Teema: Toitlustamine

### 6.4.1 Õpitulemused

| Toitlustamine                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| I arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | II arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | III arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <p>Õpilane:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) püsib suunamisel lühiajaliselt tööprotsessis ja viib alustatud töö koostegevuses lõpuni;</li> <li>2) katab koostegevuses etteantud nõudega söögikoha ja koristab pärast söömist laua;</li> <li>3) osaleb koostegevuses töö planeerimisel, jälgib ja järgib suunamisel töö piltplaani</li> <li>4) osaleb suunamisel lühiajaliselt ühistöös;</li> <li>5) täidab koostegevuses tööülesandeid, täites hügieeni- ja ohutusnõudeid;</li> <li>6) võtab vastu abi.</li> </ol> | <p>Õpilane:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) leiab suunamisel vajalikud lauanõud ja vahendid laua katmiseks erinevatel söögikordadel;</li> <li>2) abistab laua katmisel ja koristamisel;</li> <li>3) viib suunamisel alustatud töö lõpuni;</li> <li>4) täidab talle antud tööülesande ühe osana ühistööst;</li> <li>5) täidab lihtsamaid toitlustamisega seotud tööülesandeid meelde tuletamisel;</li> <li>6) täidab meelde tuletamisel hügieeni- ja ohutusnõudeid;</li> <li>7) märkab enda abivajadust tööülesannete täitmisel ja küsib abi.</li> </ol> | <p>Õpilane:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) katab lauda erinevateks söögikordadeks ja sündmusteks ning koristab selle pärast söömist;</li> <li>2) osaleb võimetekohaselt ühistöös;</li> <li>3) viib alustatud töö lõpuni;</li> <li>4) täidab hügieeni- ja ohutusnõudeid erinevate õpitud tööde juures;</li> <li>5) abistab teisi jõukohaste tööülesannete täitmisel.</li> </ol> |

### 6.4.2 Õppesisu

| Toitlustamine                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| I arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | II arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | III arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <p>Mängulistest tegevustes laua katmine ja koristamine, vastavasisulised nukku- ja rollimängud.</p> <p>Koostegevuses laua katmine etteantud nõudega elulisi -praktilises olukorras, nt sööklas, klassiüritusel, õppekõõgis vms. Laua koristamine pärast söömist.</p> <p>Verbaalsel suunamisel laua katmine vastavalt skeemile, nt lauakate, millel on kujutatud söögiriistade asukohad.</p> | <p>Hommiku-, lõuna ja õhtusöögi ning piduliku laua jaoks lauanõude suunatud valimine vastavalt menüüle.</p> <p>Suunamisel hommiku- ja õhtusöögi laua katmine ja koristamine.</p> <p>Lõunalaua ja piduliku laua katmine koostegevuses: küünlad, linikud, lilled, nõud.</p> <p>Verbaalsel suunamisel enda tööülesande, nt laua katmine iseendale, lõpule viimine.</p> | <p>Lõunasööginõude valimine ja paigutamine.</p> <p>Lõunasöögilaua katmine ja koristamine.</p> <p>Lauakatmine vastavalt inimeste arvule.</p> <p>Temaatiliste pidulaudade katmine.</p> <p>Rootsi laud, selle katmine.</p> <p>Nimekaartide ja kaunistuste kasutamine peolauas.</p> <p>Taaskasutatavate nõude ja ühekordsete nõude kasutamine üritustel.</p> |

|                                                          |                                             |                                                                                                                                                                       |
|----------------------------------------------------------|---------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Abi vastuvõtmine, abi osutamisel tööprotsessis püsimine. | Enda abivajaduse märkamine ja abi küsimine. | Piknikukorvi komplekteerimine, piknikulaua katmine.<br><br>Ühises töös osalemine, enda tööosa lõpuleviimine.<br><br>Kaaslaste abivajaduse märkamine ja abi osutamine. |
|----------------------------------------------------------|---------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

### 6.4.3 Soovitused õppetöö läbiviimiseks

- **Vabalt kasutatavad rollimängude vahendid klassis kasutamiseks.**  
Klassis võiksid olla õpilastele igapäevaseks vabaks kasutamiseks mängukook koos laua ja toolidega, sööginõud, puust, soolataignast, voolimismassist vms toiduained jms.
- **Abistamine kooli söögisaalis.**  
Kokkuleppel kooli toitlust ajaga saavad vanemad ja kõrgemal arengutasemel olevad õpilased abistada lihtsates toitlustusalastes töödes.
- **Kohviku või restorani külastamine.**  
Jõululõuna, kooliaasta lõpetamise vms võib läbi viia kohvikus või restoranis.

## 6.5 Teema: Köögitööd

### 6.5.1 Õpitulemused

| Köögitööd                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| I arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | II arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | III arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| <p>Õpilane:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) täidab koostegEVuses tööülesandeid, täites hügieeni- ja ohutusnõudeid;</li> <li>2) kasutab koostegEVuses talle antud töövahendeid;</li> <li>3) püsib suunamisel lühiajaliselt tööprotsessis ja viib alustatud töö koostegEVuses lõpuni;</li> <li>4) valib suunamisel igapäevaste kodutööde tegemiseks vajaliku kodutehnika ja kasutab seda koostegEVuses;</li> <li>5) osaleb koostegEVuses töö planeerimisel, jälgib ja järgib suunamisel töö piltplaani;</li> </ol> | <p>Õpilane:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) täidab meelde tuletamisel hügieeni- ja ohutusnõudeid;</li> <li>2) valib tööks vajaliku kodutehnika ja kasutab seda juhendamisel;</li> <li>3) viib suunamisel alustatud töö lõpuni;</li> <li>4) täidab talle antud ülesande ühe osana ühistööst;</li> <li>5) teeb lihtsaid köögitöid;</li> <li>6) leiab suunamisel erinevatelt esemetelt ja pakenditelt tingmärke, teab nende tähendust;</li> <li>7) sorteerib juhendamisel prügi, on suunamisel säästlik ja taaskasutav;</li> <li>8) märkab enda abivajadust tööülesannete täitmisel ja küsib abi.</li> </ol> | <p>Õpilane:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) täidab hügieeni- ja ohutusnõudeid erinevate õpitud tööde juures;</li> <li>2) kasutab õpitud kodutehnikat;</li> <li>3) osaleb võimetekohaselt ühistöös;</li> <li>4) viib alustatud töö lõpuni;</li> <li>5) teeb köögitöid;</li> <li>6) loeb lihtsaid skeeme ja jooniseid esemetelt ja pakenditelt ning oskab nende järgi tegutseda;</li> <li>7) on säästlik ja taaskasutav igapäevastes kodu- ja majapidamistöodes;</li> <li>8) abistab teisi jõukohaste tööülesannete täitmisel.</li> </ol> |

|                                                                      |  |  |
|----------------------------------------------------------------------|--|--|
| 6) eristab suunamisel prügi vajalikest esemetest ja viib prügikasti; |  |  |
| 7) võtab vastu abi.                                                  |  |  |

## 6.5.2 Õppesisu

| Köögitööd                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| I arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | II arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | III arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <p>Mängulistes tegevustes köögitööde sooritamise, vastavasisulised nukku- ja rollimängud.</p> <p>Köögis kasutatavad majapidamisvahendid, nt käsn, lapp, pesuhari jne.</p> <p>Majapidamisvahendite eristamine</p> <p>välimuse ja kasutamise otstarbe järgi.</p> <p>Õpitud majapidamisvahendite nimetused passiivses ja aktiivses sõnavaras.</p> <p>Õpitud majapidamisvahenditega koostegEVuses õpitud majapidamistöde sooritamise, nt lapiga tööpinna puhastamine.</p> <p>KoostegEVuses eeskuju järgi hügieeni- ja ohutusnõuete järgimine. Lihtsate piltskeemidena kujutatud hügieeni- ja ohutuslaste juhiste suunatud lugemine ja koostegEVuses järgimine, nt skeem, kuidas pesta käsi.</p> <p>Köögis olevate mööbliesemete ja kodutehnika eristamine välimuse ja kasutamise otstarbe järgi. Õpitud mööbliesemete ja kodutehnika nimetused</p> | <p>Meelde tuletamisel hügieeninõuete täitmine köögis töötamisel: käte pesemine, rõivastus.</p> <p>Köögis olev mööbel, kodutehnika, köögitarvikud. Nende nimetused, otstarve ja suunatud kasutamine.</p> <p>Köögitarvikute kasutamine suunamisel: sõel, riiv, pajalapid.</p> <p>Kodumasinad ja ohutusnõuded nendega töötamisel.</p> <p>Kodumasinade kasutamine verbaalsel suunamisel: külmutuskapp, röster.</p> <p>KoostegEVuses: pliit ja ahi, nõudepesumasin, veekeetja, kohviaparaat, mikser, vahvlimasin jms</p> <p>Verbaalsel suunamisel nõudepesumasinasse mustade nõude paigutamine, puhaste nõude masinast välja võtmine.</p> <p>Verbaalsel suunamisel korrektne nõude pesemine, nõudepesuvahendi kasutamine. Nõude kuivatamine: restile, rätikule nõrguma, rätikuga kuivatamine.</p> <p>Pannide, pottide, küpsetusvormide puhastamine koostegEVuses.</p> <p>Meelde tuletamisel köögi korrastamine: nõude ja</p> | <p>Tunneb erinevaid köögitarvikuid ja nende otstarvet. Kasutab iseseisvalt tuttavaid köögitarvikuid toiduvalmistamisel.</p> <p>Tunneb erinevaid kodumasinad ja nende otstarvet. Teab ning järgib ohutusnõudeid nendega töötamisel.</p> <p>Tuttavate kodumasinade iseseisev kasutamine: elektri- ja gaasipliit, nõudepesumasin, veekeetja, kohviaparaat, mikser.</p> <p>Kodumasinade puhastamine.</p> <p>Kodutehnika kasutusjuhendite lugemine. Kodutehnikal olevate piltide ja nuppude tähendus ja kasutamine.</p> <p>Prügi sorteerimine, vajadusel abi küsimine.</p> <p>Kaaslaste abivajaduse märkamine ja abi osutamine.</p> |

|                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                         |  |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| passiivses ja aktiivses sõnavaras.<br><br>Suunamisel töö tegemiseks vajaliku kodutehnika valimine ja koostegevuses kasutamine.<br><br>Abi vastuvõtmine, abi osutamisel tööprotsessis püsimine. | toiduainete paigutamine ettenähtud kohtadesse.<br><br>Toiduainete säilitamine külmikus.<br><br>Koostegevuses köögikella kasutamine.<br><br>Verbaalsel suunamisel prügi sorteerimine.<br><br>Enda abivajaduse märkamine ja abi küsimine. |  |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|

### 6.5.3 Soovitused õppetöö läbiviimiseks

- **Vabalt kasutatavad rollimängude vahendid klassis kasutamiseks**  
Klassis võiksid olla õpilastele igapäevaseks vabaks kasutamiseks mänguköök koos laua ja toolidega, sööginõud, puust, soolataignast, voolimismassist vms toiduained jms.
- **Abistamine kooli köögis ja söögisaalis**  
Kokkuleppel kooli köögipersonaliga saavad vanemad ja kõrgemal arengutasemel olevad õpilased abistada lihtsates köögitöödes.

## 6.6 Teema: Toiduvalmistamine

### 6.6.1 Õpitulemused

| Toiduvalmistamine                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| I arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | II arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | III arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Õpilane:<br><br>1) kasutab koostegevuses talle antud töövahendeid;<br>2) püsib suunamisel lühiajaliselt tööprotsessis ja viib alustatud töö koostegevuses lõpuni;<br>3) täidab koostegevuses tööülesandeid, täites hügieeni- ja ohutusnõudeid;<br>4) osaleb koostegevuses toidu valmistamisel;<br>5) riietub suunamisel tööks vajalikku riietusse;<br>6) osaleb koostegevuses töö planeerimisel, jälgib ja järgib suunamisel töö piltplaani;<br>7) eristab suunamisel prügi vajalikest esemetest ja viib prügikasti;<br>8) võtab vastu abi. | Õpilane:<br><br>1) valib tööks vajaliku kodutehnika ja kasutab seda juhendamisel;<br>2) kasutab tööülesannete täitmiseks tuttavaid töövahendeid;<br>3) täidab talle antud ülesande ühe osana ühistööst;<br>4) viib suunamisel alustatud töö lõpuni;<br>5) täidab meelde tuletamisel hügieeni- ja ohutusnõudeid;<br>6) suunamisel valmistab lihtsaid õpitud toite;<br>7) valmistab lihtsa hommikusöögi;<br>8) tükeldab puu- ja aedvilja;<br>9) valmistab suunamisel valmistaignast küpsetisi;<br>10) valib suunamisel tööks vajaliku riietuse; | Õpilane:<br>1) valib töö tegemiseks vajalikud töövahendid ja kasutab neid;<br>2) kasutab õpitud kodutehnikat;<br>3) viib alustatud töö lõpuni;<br>4) osaleb võimetekohaselt ühistöös;<br>5) täidab hügieeni- ja ohutusnõudeid erinevate õpitud tööde juures;<br>6) planeerib abiga menüüd, teeb vajalikke sisseoste ja valmistab lihtsat toitu;<br>7) valmistab lihtsat toitu skeemi/retsepti järgi;<br>8) valmistab poolfabrikaatidest ja konservidest lihtsat toitu;<br>9) kaunistab ja serveerib toidu;<br>10) valib tegevusele ja olukorrale vastava tööriietuse ja jalatsid; |

|  |                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                   |
|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | 11) koostab, jälgib ja järgib suunamisel töö visuaalset plaani;<br>12) sorteerib juhendamisel prügi, on suunamisel säästlik ja taaskasutav;<br>13) märkab enda abivajadust tööülesannete täitmisel ja küsib abi. | 11) osaleb ülesannete jaotamisel söögivalmistamise juures;<br>12) koostab, jälgib ja järgib töö plaani;<br>13) sorteerib toiduvalmistamisel tekkinud prügi;<br>14) küsib vajaduse korral abi ülesande täitmiseks. |
|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

### 6.6.2 Õppesisu

| Toiduvalmistamine                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| I arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | II arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | III arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <p>Toiduvalmistamisel hügieeninõuete täitmine: verbaalsel suunamisel käte pesemine, abiga põlle ette panemine/eest ära võtmine, kaitsemütsi/ pearätiku kasutamine.</p> <p>Ohtude suunatud märkamine toiduvalmistamisel ja neist hoidumine koostegevuses: teravad esemed, kuumad joogid ja söögid, kuum pliit, ahi jms.</p> <p>Toiduained ja toidud, nende nimetused passiivses ja aktiivses sõnavaras.</p> <p>Koostegevuses lihtsa söögi/ joogi valmistamine, nt võileiva (enne viilutatud leivale/ saiale viilutatud juustu/vorsti panemine), maitsevee, müsli, smuutide, tee, mahlajoogi jms valmistamine.</p> <p>Esmaste toiduvalmistamisel oluliste tegevuste õppimine koostegevuses ja verbaalsel suunamisel. Noa kasutamine määrimisel, pehme toiduaine tükeldamisel. Käärde kasutamine pakendite avamisel. Toidu, taina segamine, vispeldamine. Kannust joogi valamine.</p> | <p>Toiduvalmistamisel hügieeninõuete täitmine: käte pesemine, meelde tuletamisel põlle ette panemine/eest ära võtmine, kaitsemütsi/ pearätiku kasutamine.</p> <p>Suunamisel ohutusnõuete järgimine köögitarvikute ja kodumasinade kasutamisel. Ohutusnõuded kuumade jookide ja toitude valmistamisel.</p> <p>Suunamisel lihtsa hommikusöögi valmistamine.</p> <p>Viilutatud leivale, saiale või/määrdevõide määrimine.</p> <p>Saia/leiva röstimine röstris.</p> <p>Koostegevuses vee keetmine veekesetagi.</p> <p>Puuviljade, aedviljade koorimine ja tükeldamine. Aedviljasalati valmistamine.</p> <p>Valmistaigna rullimine, tükeldamine, koostegevuses küpsetiste valmistamine ja kaunistamine.</p> <p>Toiduainete rühmadega tutvumine: piima-, liha, teraviljatooted, puu- ja köögiviljad.</p> | <p>Toiduvalmistamisel hügieeni- ja ohutusnõuete täitmine.</p> <p>Leiva, saia, vorsti lõikamine.</p> <p>Juustunoa kasutamine.</p> <p>Puljongi valmistamine kontsentraadist.</p> <p>Poolfabrikaatidest, konservidest, pakisuppidest lihtsa toidu valmistamine.</p> <p>Makaronide, muna keetmine.</p> <p>Aedviljade puhastamine ja koorimine.</p> <p>Praekartulite valmistamine.</p> <p>Toiduainete küpsetamine (kana, kala, juurviljad jm).</p> <p>Lihtsate magustoitude valmistamine (vahustamised).</p> <p>Vahvlite küpsetamine vahvlimasinaga.</p> <p>Koogi küpsetamine.</p> <p>Toidu soojendamine.</p> <p>Toidu serveerimine ja kaunistamine.</p> <p>Toiduainete rühmitamine vastavalt piima-, liha, teraviljatooted, puu- ja köögiviljad.</p> |

|                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Kaaslastega toidu jagamine, nt sünnipäeva puhul kommid, küpsiste, puuviljade jms jagamine.</p> <p>Lihtsa piltskeemina esitatud retsepti lugemine ja koostegevuse järgimine.</p> <p>Abi vastuvõtmine, abi osutamisel tööprotsessis püsimine.</p> | <p>Tervisliku toidutaldriku ja toidupüramiidi põhimõtetega tutvumine.</p> <p>Lihtsa piltskeemina või lihtsas keeles tekstina esitatud retsepti lugemine, loetu mõtestamine ja verbaalsel suunamisel retsepti põhjal koostegevuses toidu valmistamine.</p> <p>Toidu valmistamisel verbaalsel suunamisel Bio jäätmete ja pakendite sorteerimine.</p> <p>Enda abivajaduse märkamine ja abi küsimine.</p> | <p>Tervisliku toidutaldriku koostamine vähesel verbaalsel suunamisel.</p> <p>Toidupüramiidi põhimõtted.</p> <p>Ülesannete jaotamine toiduvalmistamisel.</p> <p>Lihtsate retseptide (skeemide) järgi toidu valmistamine.</p> <p>Toiduvalmistamisel tekkinud prügi sorteerimine.</p> <p>Kaaslaste abivajaduse märkamine ja abi osutamine.</p> |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

### 6.6.3 Soovitused õppetöö läbiviimiseks

- Lihtsas eesti keeles ja skeemidena esitatud toimetulekuõppe tasemele vastavad retseptid.
  - Palgi, K., Kuusk, R. Minu retseptiraamat. <https://hev.edu.ee/156-2/>
- Teema Toiduvalmistamine lõiming matemaatikas käsitletava teemaga Mõõtühikud ja mõõtmine.

Toiduvalmistamise käigus puutuvad õpilased kokku erinevate kaalu- ja mahuühikutega. Õpilased õpivad pakenditelt ja retseptidest lugema infot toiduainete koguste kohta. Tundides õpivad õpilased erinevaid toiduaineid kaaluma ja mõõtma mahtu.

Metoodilisi soovitusi ja praktilisi mõtteid kaaluühikute käsitlemiseks lõimitud õppetegevuses leiab materjalist:

Leht, S. Matemaatika töölehtede komplekt IV. Kaal. Raha. Kell. <https://hev.edu.ee/165-2/>

Valdkonna Toiduvalmistamine lõimitud õppetsükli näide Frikadellisupp:

- [https://hev.edu.ee/156-2/Näited\\_ainete\\_vahelisest\\_lõimingust](https://hev.edu.ee/156-2/Näited_ainete_vahelisest_lõimingust).

Valdkonna Toiduvalmistamine lõimitud õppetsükli näide Teeme morssi:

Tegevusele suunatud õpetus. Projektipõhine õpe

## 6.7 Teema: Sisseostude tegemine

### 6.7.1 Õpitulemused

| Sisseostude tegemine                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| I arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | II arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | III arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| <p>Mängulistes tegevustes sisseostude sooritamise, poeteemalised nuku- ja rollimängud.</p> <p>Toiduained ja nende nimetused passiivses ja aktiivses sõnavara.</p> <p>Erinevat tüüpi poed: toidupoed, riidepoed, jalanõudepoed, mänguasjapoed jne. Õppekäigud poodi, turule. Tutvumine kaupadega elulis-praktilises olukorras.</p> <p>Reaalsete kaupade seostamine piltidega.</p> <p>Piltidest ostunimekirja koostamine ja lugemine koostegevuses.</p> <p>Jõukohased tegevused poes: käru lükkamine, korvi kandmine, soovitud kauba otsimine ja paigutamine korvi jms. Koostegevuses ostu sooritamise poes.</p> | <p>Pakendite ja toiduainete äratundmine köögis, poes.</p> <p>Fotodest, piltidest, sõnakaartidest, kirjutatud sõnadest ostunimekirja koostamine ja lugemine verbaalsel suunamisel.</p> <p>Ostunimekirja koostamine retsepti alusel koostegevuses.</p> <p>Kaupade paigutus poes.</p> <p>Suunamisel kaupade kaalumise poes.</p> <p>Toiduainete ostmine poest/turult: kaupade leidmine suunavate märkide ja siltide abil, verbaalsel suunamisel maksmine kassas. Sularahamaksed, kaardimaksed.</p> <p>Tutvumine iseteeninduskassadega.</p> <p>Poes kingituste valik sõbrale sünnipäevaks, jõuludeks. Kingituste pakkimine.</p> <p>Reklaamlehtedega tutvumine.</p> <p>Enda abivajaduse märkamine ja tuttavalt inimeselt abi küsimine.</p> | <p>Järgmise päeva menüü suunatud koostamine ja sisseostude planeerimine.</p> <p>Ostunimekirja koostamine lihtsa retsepti (skeemi) järgi.</p> <p>Ostunimekirja kasutamine sisseostude tegemisel.</p> <p>Kaupade kaalumine poes.</p> <p>Riide- ja jalanõudepoes kaubavalikuga tutvumine, meeldivate/vajalike esemete leidmine, sobiva suuruse leidmine. Enda kinganumbri ja rõivaste suuruse õppimine.</p> <p>Ostude sooritamiseks ligikaudse rahasumma määramine abiga.</p> <p>Ostude eest tasumine sularahas ja/ või kaardiga.</p> <p>Iseteeninduskassa kasutamine.</p> <p>Reklaamlehtedest kauba valimine, soodsaima leidmine. Reklaami kasutegurid ja ohud.</p> <p>Lihtsa eelarve koostamine (nädal, kuu) verbaalsel suunamisel.</p> <p>Enda abivajaduse märkamine ja teenindajalt abi küsimine.</p> <p>Kaaslaste abivajaduse märkamine ja abi osutamine.</p> |

### 6.7.3 Soovitused õppetöö läbiviimiseks

- Vabalt kasutatavad rollimängude vahendid klassis kasutamiseks**  
Klassis võiksid olla õpilastele igapäevaseks vabaks kasutamiseks mängurahad, toiduainete pakendid, mängukassa jms.

- **Sisseostude tegemine. Lõiming matemaatikas käsitletava teemadega Mõõtühikud ja mõõtmine. Raha.**

Toiduainete ostmisel kasutavad õpilased maksevahendina sularaha või pangakaarti. Samuti puutuvad õpilased kokku erinevate kaalu- ja mahuühikutega nii toidukaupade pakenditel kui praktiliselt kaupluses toiduained kaaludes

Metoodilisi soovitusi ja praktilisi mõtteid kaaluühikute ja raha käsitlemiseks lõimitud õpetegevuses:

- Leht, S. Matemaatika töölehtede komplekt IV. Kaal. Raha.  
Kell. <https://hev.edu.ee/165-2/>
- **Raha ja pere eelarve teemade käsitlemiseks leiab materjale**
  - Tünnpuu, M. Valik elu- ja toimetulekuõppe teemakäsitlusi.
    - <https://e-koolikott.ee/et/oppematerjal/27973-Valik-elu-ja-toimetulekuõppe-teemakäsitlusi>
    - <https://toimetulekuope.wixsite.com/eluopetus/raha-pere-eelarve>
- **Ostunimekirja koostamine ja lugemine.**  
Ostunimekirja võib koostada vastavalt iga õpilase kirjutamis- ja lugemisoskuse tasemele fotodest, piltidest, piktogrammidest jne või kirjutada tekstina.
- **Taskuarvuti kasutamine ostude maksumuse arvutamisel.**  
Õpilastele tuleb õpetada taskuarvuti kasutamist ostusumma arvutamisel. Oluline on kanda taskuarvuti kasutamise oskus üle elulisi-praktilisse olukorda ja suunata õpilasi taskuarvutit poes sisseostude sooritamisel kasutama.

## 6.8 Teema: Rõivastus ja selle hooldus

### 6.8.1 Õpitulemused

| Rõivastus ja selle hooldus                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| I arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | II arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | III arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Õpilane:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Õpilane:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Õpilane:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| 1) kasutab koostegevuses talle antud töövahendeid;<br>2) püsib suunamisel lühiajaliselt tööprotsessis ja viib alustatud töö koostegevuses lõpuni;<br>3) märkab, et riided ja jalatsid on määrdunud;<br>4) valib koostegevuses ilmale vastava riietuse ja jalatsid;<br>5) leiab koostegevuses erinevatelt esemetelt ja pakenditelt tingimärke;<br>6) täidab koostegevuses hügieeni- ja ohutusnõudeid;<br>7) võtab vastu abi. | 1) kasutab tööülesannete täitmiseks tuttavaid töövahendeid;<br>2) viib suunamisel alustatud töö lõpuni;<br>3) täidab talle antud tööülesande ühe osana ühistööst;<br>4) jälgib oma riiete ja jalanõude puhtust;<br>5) teab riietuse hoidmise viise;<br>6) peseb käsitsi väikeseid riideesemeid;<br>7) peseb kummijalanõusid;<br>8) paneb pesu kuivama, kuivatab jalanõusid;<br>9) valib suunamisel tööks vajaliku riietuse; | 1) teeb õpitud jõukohaseid majapidamistöid;<br>2) valib töö tegemiseks vajalikud töövahendid ja kasutab neid;<br>3) viib alustatud töö lõpuni;<br>4) osaleb võimetekohaselt ühistöös;<br>5) loeb lihtsaid skeeme ja jooniseid esemetelt ja pakenditelt ning oskab nende järgi tegutseda;<br>6) peseb pesu automaatpesumasinas;<br>7) triigib pesu;<br>8) paigutab triigitud pesu panipaika;<br>9) õmbleb nõöbi, parandab õmbluse;<br>10) hooldab jalanõusid; |

|  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | 10) valib suunamisel riietumiseks ilmale ja sündmusele vastava riietuse ja jalatsid;<br>11) leiab suunamisel erinevatelt esemetelt ja pakenditelt tingmärke, teab nende tähendust;<br>12) täidab meeldetuletamisel hügieeni- ja ohutusnõudeid;<br>13) märkab enda abivajadust tööülesannete täitmisel ja küsib abi. | 11) valib tegevusele ja olukorrale vastava tööriietuse ja jalatsid;<br>12) valib riietumiseks ilmale ja sündmusele vastava riietuse ja jalatsid;<br>13) täidab hügieeni- ja ohutusnõudeid erinevate õpitud tööde juures;<br>14) abistab suunamisel teisi jõukohaste tööülesannete täitmisel. |
|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## 6.8.2 Õppesisu

| Rõivastus ja selle hooldus                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| I arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | II arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | III arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <p>Koostegevuses näitvahenditena kasutatavate riietusesemete ülevaatamine põhimõttel määratud, katkine jms. Enda riietuse ja jalanõude ülevaatamine põhimõttel määratud - puhas, terve - katkine.</p> <p>Pildimaterjali põhjal koostegevuses otsustamine, kas pildidel kujutatud tarbeesemed ja riietusesemed on kasutuskõlblikud. Mida teha kasutuskõlbmatute asjadega: parandamine, pesemine, ära viskamine, taaskasutus.</p> <p>Suunamisel riide puhastusrulliga puhastamine.</p> <p>Koostegevuses riietuse ja jalanõude valimine vastavalt ilmale.</p> <p>Pesulõksude kasutamine mängulises õppetegevuses.</p> <p>Riietuse tingmärkide eristamine teistest märkidest. Koostegevuses riideesemetelt</p> | <p>Verbaalsel suunamisel enda riietuse ja jalanõude ülevaatamine põhimõttel määratud- puhas, katkine - terve. Suunamisel riide, sh aluspesu ja sokkide vahetamise vajaduse üle otsustamine.</p> <p>Musta pesu hoidmine.</p> <p>Koostegevuses pesu pesemine käsitsi: (sokid, pesu, sukkpüksid jne), leotamine, pesemine, loputamine, väänamine, kuivatamine.</p> <p>Koostegevuses pesumasinasse pesu pesemine: pesu sorteerimine värvi ja materjali alusel, pesu tingmärkide lugemine, pesumasinaga programme lugemine ja sobiva valimine, pesuvahendi valimine, pesumasinasse sisse-/väljalülitamine, pesu sissepanemine/väljavõtmine, pesemis- ja loputusvahendi koguse doseerimine. Pesu kuivatamine nõõril, pesurestil.</p> | <p>Riietuse sorteerimine põhimõttel: sobib kandmiseks, aga enam ei meeldi - läheb taaskasutusse; ei sobi kandmiseks - tuleb ära visata, taaskasutada.</p> <p>Pesumärkide lugemine: käsitsipesu, masinapesu, ainult keemiline puhastus, vajab triikimist, ei vaja triikimist jm.</p> <p>Pesu sorteerimine: kirju, valge/hele, tume pesu. Vajadusel pesu pahupidi pööramine.</p> <p>Erinevat tüüpi pesumasinade tutvustus. Pesu pesemine automaatpesumasinaga: pesu panemine masinasse, pesuvahendi lisamine, masina sisselülitamine, pesu väljavõtmine. Pesumasinaga juhendi lugemine koostegevuses. Pesumasinaga olevate tingmärkide mõistmine (pesurežiim, loputus, vee väljalaskmine jm).</p> <p>Pesumasinaga hooldamine peale pesu.</p> |

|                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>pesuhooldusmärkide leidmine.</p> <p>Koostegevuses jalanõude puhastamine lapiga.</p> <p>Sokkide ja kinnaste paaride leidmine.</p> <p>Abi vastuvõtmine, abi osutamisel tööprotsessis püsimine.</p> | <p>Jalanõude hooldus.</p> <p>Puhastamise viisi valimine materjali järgi.</p> <p>Jalatsihooldusvahendite valik vastavalt materjalile ja jalanõude värvile. Jalanõude korrastamine: pesemine (vajadusel), puhastamine, kreemitamine, kuivatamine.</p> <p>Hooajaliste jalanõude ettevalmistamine hoiustamiseks.</p> <p>Kummijalanõude pesemine.</p> <p>Rõivastuse ja jalatsite valik vastavalt ilmale ja tegevusele.</p> <p>Piduliku, igapäevase, sportliku riietuse valik.</p> <p>Riietusele täiendamine sobivate detailidega.</p> <p>Kehalise kasvatuse riide korrashoid.</p> <p>Riietusel tingmärkide leidmine ja koostegevuses tähenduse selgitamine.</p> <p>Lihtsamate tingmärkide sobitamine neil märgitud kodumasinatega (nt triikraua märk triikrauaga).</p> <p>Triikimine: Tingmärkide lugemine, temperatuurirežiimi valimine, triikraua sisse-/väljalülitamine, auruse kasutamine; triikimine läbi kanga, pesu kokkupanek.</p> <p>Pesu pesemiseks, triikimiseks ja jalanõude korrastamiseks ettevalmistused: tööks plaani koostamine piktogrammide abil ja tingmärkide tundmaõppimine.</p> <p>Materjaliõpetus: tekstiil/kangas, vill/lõng, nahk, kunstnahk jms.</p> <p>Tutvumine säästliku eluviisi põhimõtetega: kokkuhoid ja taaskasutus. Osalemine</p> | <p>Pesuvahendi valimine.</p> <p>Pesuvahendi kogus.</p> <p>Loputusvahendid.</p> <p>Automaatpesumasina temperatuuri reguleerimine pesumärkide järgi.</p> <p>Pesu pesumajja viimine.</p> <p>Triikraua sisse- ja väljalülitamine.</p> <p>Triikraua temperatuuri valimine vastavalt pesumärgile.</p> <p>Aurustaja kasutamine / pesu niisutamine pihustuspuudeliga.</p> <p>Pesu triikimine.</p> <p>Triikimise ohutusnõuded.</p> <p>Triigitud pesu kokkupanemine, sorteerimine, kappi paigutamine.</p> <p>Nööbi õmblemine, soki nõelumine, õmbluste parandamine, paigad/aplikatsioonid.</p> <p>Erinevad rõivapuhastusvahendid.</p> <p>Mustuse eemaldamine riietelt: plekkide, tolmu ja juuksekarvade eemaldamine.</p> <p>Sobivate rõivaste valimine (värvitoonid, suurus).</p> <p>Olukorrale ja tegevusele vastavate rõivaste ja jalatsite valimine.</p> <p>Rõivastuse täiendamine sobivate detailidega. Ehted, kosmeetika.</p> <p>Jalatsite hooldus.</p> <p>Kingakreemide valik vastavalt jalatsi värvile, jalatsite puhastamine.</p> <p>Kingsepp.</p> <p>Väiksemad rõivaste parandustööd: erinevatel</p> |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|  |                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | koolis läbiviidavates taaskasutusprojektides, nt vanadest riitest kaltsuvaiba kudumine.<br><br>Enda abivajaduse märkamine ja abi küsimine. | viisidel nõopide õmblemine, riputusaasa õmblemine krae külge, rebenenud õmbluse parandamine, allääre palistamine. Augu parandamine.<br><br>Töödeks ettevalmistumine: plaani koostamine piktogrammide abil ja tingmärkide tundmaõppimine.<br><br>Kaaslaste abivajaduse märkamine ja abi osutamine. |
|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

### 6.8.3 Soovitused õppetöö läbiviimiseks

- **Vabalt kasutatavad rollimängude vahendid klassis kasutamiseks.**  
Klassis võiksid olla õpilastele igapäevaseks vabaks kasutamiseks nukuriided, mängutriikraud jms.
- **Triikimise ja pesu kokkupanemise õppimine igapäevategevuste käigus õppetöö osana.**  
Triikimist saab harjutada nt kodunduse klassi köögirätikute triikimisel. Samuti on võimalik joonistada tekstiilmarkeritega T-särgile, riidest kotile vm pilt ning see siis värvi kinnistamiseks üle triikida.  
Riiete kokkupanemise õppimiseks sobivad väga hästi kehalise kasvatuse tunnid.

## 6.9 Teema: Haljastustööd. Aiandus

### 6.9.1 Õpitulemused

| Haljastustööd. Aiandus                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| I arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | II arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | III arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Õpilane:<br><br>1) täidab koostegemisel jõukohaseid ülesandeid korrapidamis- ja majapidamistöodes;<br>2) kasutab koostegevuses talle antud töövahendeid;<br>3) osaleb suunamisel lühiajaliselt ühistöös;<br>4) riietub suunamisel tööks vajalikku riietusse;<br>5) täidab koostegevuses tööülesandeid, täites hügieeni- ja ohutusnõudeid;<br>6) osaleb koostegevuses töö planeerimisel, jälgib | Õpilane:<br><br>1) teeb meelde tuletamisel õpitud korrapidamis- ja majapidamistöid;<br>2) kasutab tööülesannete täitmiseks tuttavaid töövahendeid;<br>3) viib suunamisel alustatud töö lõpuni;<br>4) täidab talle antud tööülesande ühe osana ühistööst;<br>5) osaleb jõukohastes aiatöodes.<br>6) valib suunamisel tööks vajaliku riietuse;<br>7) täidab meelde tuletamisel hügieeni- ja ohutusnõudeid; | Õpilane:<br><br>1) valib töö tegemiseks vajalikud töövahendid ja kasutab neid;<br>2) viib alustatud töö lõpuni;<br>3) abistab suunamisel teisi jõukohaste tööülesannete täitmisel;<br>4) osaleb võimetekohaselt ühistöös;<br>5) teeb juhendamisel lihtsamaid töid õues ja aias;<br>6) valib tegevusele ja olukorrale vastava tööriietuse ja jalatsid;<br>7) täidab hügieeni- ja ohutusnõudeid erinevate õpitud tööde juures; |

|                                                             |                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                             |
|-------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ja järgib suunamisel töö piltplaani;<br>7) võtab vastu abi. | 8) koostab, jälgib ja järgib suunamisel töö visuaalset plaani;<br>9) märkab enda abivajadust tööülesannete täitmisel ja küsib abi. | 8) loeb lihtsaid skeeme ja jooniseid esemetelt ja pakenditelt ning oskab nende järgi tegutseda;<br>9) koostab, jälgib ja järgib töö plaani;<br>10) küsib vajadusel ülesande täitmiseks abi. |
|-------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

### 6.9.2 Õppesisu

| Haljastustööd. Aiandus                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| I arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | II arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | III arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <p>Elus ja eluta loodus.</p> <p>Õppekäik lillepoodi, aianduspoodi.</p> <p>Toataimed. Toataimed eest hoolitsemine<br/>koostegevuses: kastmine, närbunud lehtede äravõtmine, tolmu pühkimine.</p> <p>Lõikelilled vaasis.<br/>Koostegevuses närbunud lillede äraviskamine, vee vahetamine vaasis. Lillede korjamine, kimpude tegemine.</p> <p>Aiatööriistade nimetused ja funktsioon. Aiatööde nimetused.</p> <p>Koostegevuses hooajalistes aiatöödega tutvumine: lehtede riisumine, lume lükkamine, seemnete külvamine, taimede kastmine, saagi koristamine. Õppekäigud tallu, linnaaeda.</p> <p>Talgud kooli aias.</p> <p>Koostegevuses pildimaterjali abil lihtsate tööskemaide koostamine, lugemine ja järgimine.</p> <p>Õue- ja aiatööriistade ohutu kasutamine koostegevuses. Töökinnaste kasutamine suunamisel. Hügieeninõuete täitmine suunamisel.</p> | <p>Taime osad: juur, vars, lehed, õied, seemned, viljad.</p> <p>Taimede areng seemnest. Üheaastased taimed, nende elutsükkel.</p> <p>Taime eluks vajalikud komponendid: toit (muld), vesi, valgus, soojus (päike).</p> <p>Toataimede eest hoolitsemine verbaalsel suunamisel. Koostegevuses toataimede ümberistutamine.</p> <p>Koostegevuses klassis seemnete külvamine ja taimede kasvatamine. Istikute eest hoolitsemine: kastmine, kobestamine. Lillede istutamine lillepeenrasse.</p> <p>Sügisestes, talvistes ja kevadistes aiatöödes osalemine.</p> <p>Koostegevuses taimede istutamine. Lillepeenarde ettevalmistamine: verbaalsel suunamisel maa kaevamine, kobestamine, kastmine, rohimine.</p> <p>Enamlevinud ravimtaimed: kasvatamine, korjamine ja kasutamine.</p> <p>Niidetud muru riisumine. Lehtede riisumine, äravedu.</p> <p>Lume koristamine lumelabidaga, lume</p> | <p>Toataimede kasvatamine: valgus, temperatuur, niiskus. Toataimede kasutamine ruumide kujundamisel. Toataimed kui õhupuhastajad. Toataimede ümberistutamine.</p> <p>Ühe- ja mitmeaastased taimed. Taimede ehitus ja osad. Kõögiviljad. Puuviljad ja marjad. Lilled. Põõsad. Puud. Maitse- ja ravimtaimed. Taimede kasutamine kosmeetikas.</p> <p>Lille- ja kõögiviljataimede ettekasvatamine. Seemned ja nende idandamine. Muld. Taimede pikeerimine. Maa kaevamine. Avamaale istutamine. Rohimine ja kõplamine. Väetiste kasutamine. Umbrohi ja selle tõrje. Saagi koristamine ja säilitamine. Praktilised tööd kooli aias sügisel, kevadel ja suvel.</p> <p>Puude ja põõsaste istutamine.</p> <p>Kogukonnaüritustel osalemine: koristustööd Maailmakoristuspäev, Teeme ära!, talgud koolis vms.</p> <p>Piltjuhised ja märgid taimeseemnete ja -sibulate pakenditel. Juhiste lugemine, tõlgendamine, juhiste vastavalt taimede kasvatamine.</p> |

|                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|-----------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Abi vastuvõtmine, abi osutamisel tööprotsessis püsimine.</p> | <p>äravedu, teede pühkimine, niidetud muru ja prügi äravedu.</p> <p>Puu- ja aedviljade kasvatamine (seeme, taim, vili). Puu- ja aedviljade säilitamine, hoidistamine.</p> <p>Marjad: söödavad ja mürgised marjad. Marjade säilitamine (külmutamine, kuivatamine). Hoidised.</p> <p>Kogukonnaüritustel koostgevuses osalemine: koristustööd<br/>Maailmakoristuspäev, Teeme ära!, talgud koolis vms.</p> <p>Aiatööde kavandamine koostgevuses, tööplaani koostamine kas piltide alusel või kirjalikult. Tööde täitmine suunamisel vastavalt plaanidele.</p> <p>Lillepeenarde hooldamine (kastmine, rohimine, kobestamine). Mulla ja seemnete ettevalmistus külvamiseks. Lilleseemnete külvamine.</p> <p>Õue- ja aiatööriistade ohutu kasutamine. Töökinnaste kasutamine. Hügieeninõuete täitmine.</p> <p>Enda abivajaduse märkamine ja abi küsimine.</p> | <p>Peenra kujundamine.</p> <p>Aiatööde kavandamine, tööplaani koostamine kas piltide alusel või kirjalikult. Tööde täitmine vastavalt plaanidele.</p> <p>Aiatööriistad. Erinevate aiatööriistade otstarve. Niidetud muru kokku riisumine. Lehtede koristamine: riisumine, hunnikusse kogumine. Riisutud muru ja lehtede koristamine kottidesse. Lumekoristus. Lumelabidaga töötamine. Libedate kohtade tuvastamine: kaldteed, astmed, teed. Puistematerjali puistamine teedele.</p> <p>Lillekimpude ja -kompositsioonide tegemine. Erinevate vahendite ja materjali kasutamine: käärid, traat, vaas, oaasis, looduslik materjal. Lõikelilled eest hoolitsemine: vaasis vee vahetamine, varre kärpimine, vaasi pesemine. Lauakaunistuste valmistamine. Rahvuslikud lillekompositsioonid, kimbud, vaasid.</p> <p>Ohutus- ja hügieeninõuete tundmine ja täitmine.</p> <p>Kaaslaste abivajaduse märkamine ja abi osutamine.</p> |
|-----------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

### 6.9.3 Soovitused õppetöö läbiviimiseks

- Töö kooliaias

## 6.10 Teema: Käsitöö

### 6.10.1 Õpitulemused

| Käsitöö                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| I arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | I arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | I arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <p>Õpilane:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) on tutvunud looduslike- ja tehismaterjalidega;</li> <li>2) lõikab ja kleebib abiga erinevaid materjale;</li> <li>3) tegutseb koostegemisel tuttava töövahendiga;</li> <li>4) järgib koostegemisel tööpaiga korrashoidu;</li> <li>5) järgib koostegemisel ohutusnõudeid.</li> </ol> | <p>Õpilane:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) tunneb erinevaid käsitöömaterjale;</li> <li>2) kasutab juhendamisel õpitud käsitöö tehnikaid;</li> <li>3) jälgib tööpaiga korrasolekut;</li> <li>4) käsitleb ohutult tuttavaid töövahendeid;</li> <li>5) järgib meelde tuletamisel ohutusnõudeid.</li> </ol> | <p>Õpilane:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) tunneb ja oskab kasutada erinevaid materjale käsitöö valmistamisel;</li> <li>2) teeb juhendamisel praktilise väärtusega käsitööd kasutades erinevaid õpitud käsitöö tehnikaid;</li> <li>3) korrastab iseseisvalt tööpaiga;</li> <li>4) teab ja järgib põhilisi ohutusnõudeid mehaaniliste ja elektriliste tööriistade kasutamisel.</li> </ol> |

### 6.10.2 Õppesisu

| Käsitöö                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| I arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | II arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | III arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <p>Looduslikud ja tehismaterjalid. Looduslike materjalide korjamine. Tutvumine erinevate looduslike- ja tehismaterjalidega. Meisterdamine looduslikest materjalidest ja olmejääkidest.</p> <p>Käärde kasutamine koostegevuses tekstiilmaterjalide lõikamisel. Lõnga ja paela lõikamine.</p> <p>Lõngapildi kleepimine. Riideribade kleepimine.</p> <p>Ohutusnõuded käärde ja liimi kasutamisel.</p> <p>Koostegevuses tööpaiga korrashoid ja koristamine töö lõpetamisel.</p> | <p>Looduslikud ja tehismaterjalid. Looduslike ja tehismaterjalide eristamine suunamisel. Erinevad kangad, lõngad, niidid jms. Taaskasutuse põhimõtetega tutvumine. Käsitööd olmejääkidest.</p> <p>Riideribade lõikamine.</p> <p>Õmblemine. Nõela niidistamine. Sõlme tegemine. Traageldamine. Kahe auguga nõöbi õmblemine.</p> <p>Tikkimine. Punkteerimine erinevatel materjalidel. Lõngapildi (mustri) tikkimine papile orientiiride järgi. Eelpiste, narmastamine (linik).</p> <p>Raamil ja telgedel kudumine. Raamil kudumine verbaalsel suunamisel. Kaltsuvaiba</p> | <p>Looduslikud ja tehismaterjalid. Looduslike ja tehismaterjalide eristamine. Tikkimisniitide (mulinee, iirislõng, puuvillane lõng) äratundmine ja kasutamine; korrutatud villase lõnga, puuvillase, villase ja siidriide äratundmine. Materjalide töötlemine, liimimine (parandamine), erinevad liimid. Materjalide sobivus erinevateks töödeks. Erinevate materjalide ja olmejääkide taaskasutamine praktiliste esemete valmistamisel.</p> <p>Kangast ribade ja lihtsate kujundite lõikamine.</p> <p>Õmblemine. Nööbi õmblemine. Nööpide sobitamine vastavalt tekstiili värvusele ja nööpaugu suurusele. Õmbluste</p> |

|  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | <p>materjali ettevalmistamine. Koostegevuses telgedel kaltsuvaiba kudumine.</p> <p>Viltimine. Märgviltimine.</p> <p>Punumine. Lõnga kerimine, sõlmimine, lõngast tuttide ja tupsude valmistamine.</p> <p>Punatud paelad: paela keerutamine, palmik. Paela sõlmimine.</p> <p>Ohutusnõuded nõela, naaskli, kääride, telgede jms käsitlemisel.</p> <p>Verbaalsel suunamisel tööpaiga korrashoid ja selle koristamine töö lõpul.</p> <p>Õpetaja abistamine töövahendite jagamisel ja kokku korjamisel.</p> | <p>parandamine, sokkide nõelumine. Õmblemine käsitsi ja masinaga. Elektriline ja käsiõmblusmasin. Lapitehnika. Aplikatsioonid.</p> <p>Tikkimine. Riide lõngade loendamine, niidi kinnitamine töö alguses, keskel ja lõpus. Üherealised tarbe- ja kaunistuspistted. Mustri kandmine riidele. Kaherealiste pistete tikkimine. Töö viimistlemine.</p> <p>Raamil ja telgedel kudumine. Raamil ja telgedel kootud tarbeesemed: vaibad, padjad, sallid jms. Kudumine, viimistlemine. Abistamine kanga rakendamisel.</p> <p>Viltimine. Märg- ja nõelviltimine. Tarbeesemete valmistamine.</p> <p>Punumine. lipsu sidumine. Punatud paelad: erinevad tehnikad. Makramee lihtsamad sõlmed. Tarbeesemete valmistamine.</p> <p>Heegeldamine. Heegelnõela ja materjali omavaheline sobitamine, heegelnõela käsitsemine. Põhisilmuste (alg-, ahel- ja kinnissilmus) heegeldamine, tingmärgid. Edasi-tagasi heegeldamine. Heegeldustöö viimistlemine.</p> <p>Kudumine. Varraste ja lõnga omavaheline sobitamine, silmuste loomine. Parempidine silmus ja tingmärk, ripspinna kudumine, pahempidine silmus ja tingmärk, parem- ja pahempidise pinna kudumine, silmuselise ja sõlmelise ääre kudumine, silmuste maha kudumine. Kudumi viimistlemine.</p> |
|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|  |  |                                                                                                   |
|--|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  |  | Ohutusnõuded töövahendite kasutamisel.<br><br>Tööpaiga korrashoid ja selle koristamine töö lõpul. |
|--|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------|

### 6.10.3 Soovitused õppetöö läbiviimiseks

- Õppekäigud õpitubadesse**  
 Õppetegevuse mitmekesistamiseks on soovitatav külastada õpilastega erinevaid õpitubasid.
- Muuseumikülastused**  
 Eesti Tarbekunsti- ja disainimuuseum, ERM jne.
- Tekstiilitööd loovtööna**  
 Õpilased saavad õpetaja suunamisel valida loovtöö teemaks meeldiva tekstiilitöö: telgedel kootud vaiba, raamil punutud pildi vms.
- Taaskasutusprojektid**  
 Projektipõhise õppe väljundina või loovtööna on võimalik õpilastega koos läbi viia taaskasutusprojekte. Projektide raames saab näiteks kududa vanadest riistest kaltsuvaibad, nõõpidest kujundada nõõbipildid/maalid jms.

## 6.11 Teema: Puidutöö

### 6.11.1 Soovituslikust õppesisust lähtuvalt lahti kirjutatud õpitulemused

| Puidutöö                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| I arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | II arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | III arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| Õpilane:<br><br>1) on tutvunud erinevate materjalidega;<br>2) püsib suunamisel lühiajaliselt tööprotsessis ja viib alustatud töö koostegevuses lõpuni;<br>3) kasutab koostegevuses talle antud töövahendeid;<br>4) liimib koostegevuses alusele erinevaid materjale;<br>5) järgib koostegevuses hügieeni- ja ohutusnõudeid;<br>6) eristab suunamisel prügi vajalikest esemetest ja viib prügikasti. | Õpilane:<br><br>1) tunneb ja eristab erinevaid materjale;<br>2) viib suunamisel alustatud töö lõpuni;<br>3) kasutab materjale ja tuttavaid tööriistu sihipäraselt;<br>4) kasutab puidu töötlemiseks abiga lihtsamaid töövõtteid;<br>5) teab ja järgib meeldetuletamisel õpitud hügieeni- ja ohutusreegleid;<br>6) korrastab verbaalsel suunamisel töökoha ja töövahendid;<br>7) sorteerib juhendamisel prügi, on suunamisel säästlik ja taaskasutav. | Õpilane:<br><br>1) eristab ja oskab kasutada erinevaid puitmaterjale;<br>2) viib alustatud töö lõpuni;<br>3) valib puidu töötlemiseks vajalikud töövahendid ja kasutab neid;<br>4) kasutab puidu töötlemiseks lihtsamaid töövõtteid;<br>5) osaleb võimetekohaselt ühistöös;<br>6) abistab suunamisel teisi jõukohaste tööülesannete täitmisel;<br>7) täidab hügieeni- ja ohutusnõudeid erinevate õpitud tööde juures;<br>8) korrastab töökoha ja töövahendid;<br>9) on säästlik ja taaskasutav. |

### 6.11.2 Õppesisu

| Puidutöö                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| I arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | II arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | III arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <p>Looduslikud materjalid ja tehismaterjalid. Looduslike materjalide korjamine. Tutvumine erinevate looduslike- ja tehismaterjalidega. Meisterdamine looduslikest materjalidest ja olmejääkidest.</p> <p>Okste korjamine, kimbu valmistamine.</p> <p>Erinevatest materjalidest detailide, sh okste, käbide, puidutükkide jms liimimine alusele.</p> <p>Loodusliku materjali (käbid, tõrud, oksad jms) võrdlemine põhimõttel suurem-väiksem, pikem-lühem.</p> <p>Okste murdmine kindla pikkusega tükkideks.</p> <p>Erinevad haamri- ja toksismängud. Naelakeste löömine puust haamriga korkalusele.</p> <p>Purgikaante, pudelikorkide jms kinni- ja lahtikeeramine.</p> <p>Karvatraadi painutamine.</p> <p>Ohutusnõuete järgmine koostegevuses.</p> <p>Koostegevuses tööpaiga korrashoid ja koristamine töö lõpetamisel.</p> | <p>Looduslikud materjalid ja tehismaterjalid. Looduslike ja tehismaterjalide eristamine suunamisel. Erinevate materjalide leidmine ümbritsevast keskkonnast. Tutvumine erinevate puitmaterjalidega (saematerjal, vineer, liimpuit).</p> <p>Okste painutamine, lihtsa korvi valmistamine.</p> <p>Puiduliimi kasutamine. Liimliidete valmistamine koostegevuses.</p> <p>Möötmise ja märkimise. Pliiatsi ja erinevate šabloonide kasutamine joonise märkimisel materjalile.</p> <p>Saagimine koostegevuses.</p> <p>Puurmasinaga puurimine koostegevuses.</p> <p>Lihvimine. Sobiva karedusega lihvpaperi leidmine abiga. Lihvimine verbaalsel suunamisel.</p> <p>Naelliidete valmistamine. Naelliidete valmistamine abiga (nael osaliselt ette löödud).</p> <p>Kruviliidete valmistamine. Kruviliidete valmistamine abiga (puidukruvi osaliselt ette keeratud). Kruviliidete lahutamine.</p> <p>Konstruktorite kokkupanek (kruvide, mutrite ja seibide ühendamine).</p> <p>Lihtsad traaditööd. Käsitöötraadi painutamine, lõikamine.</p> | <p>Looduslikud materjalid ja tehismaterjalid. Erinevate materjalide eristamine ja tundmine: puitmaterjalid (saematerjal, vineer, liimpuit), liimid, lakid, värvid, traadid.</p> <p>Vitspunutised.</p> <p>Liimliidete valmistamine. Puidu liimimine iseseisvalt või vähese abiga. Tehismaterjalide liimimine abiga.</p> <p>Möötmise ja märkimise. Pliiatsi ja erinevate šabloonide kasutamine joonise märkimisel materjalile. Joonlaua ja nurgiku kasutamine abiga või iseseisvalt.</p> <p>Saagimine abiga või iseseisvalt.</p> <p>Puurimine. Puuri kinnitamine puurmasina padrunisse. Puurmasinaga puurimine iseseisvalt või vähese abiga.</p> <p>Viilimine. Viilide ja rasplite iseseisev kasutamine.</p> <p>Lihvimine. Sobiva karedusega lihvpaperi leidmine ja lihvimine iseseisvalt või vähese suunamisega.</p> <p>Naelliidete valmistamine. Naelliidete valmistamine iseseisvalt või vähese abiga.</p> <p>Kruviliidete valmistamine. Kruviliidete valmistamine iseseisvalt või vähese abiga.</p> <p>Traadi töötlemine. Vask-, teras- või alumiiniumtraadi lõikamine ja painutamine.</p> <p>Puidu ehistööd. Põleti kasutamine. Lakkimine ja</p> |

|  |                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | <p>Ohutusnõuete järgimine verbaalsel suunamisel erinevate tööriistadega töötamisel.</p> <p>Verbaalsel suunamisel tööriistade ja vahendite leidmine klassist ja nende säästlik kasutamine.</p> <p>Vajalike koristusvahendite leidmine klassist, nende kasutamine verbaalsel suunamisel.</p> | <p>värvimine Lakkide ja värvide kasutamine vähese abiga, vajalike vahendite (pintslid, anumad) ettevalmistus ja puhastamine.</p> <p>Ohutusnõuete järgimine erinevate tööriistadega töötamisel.</p> <p>Tööriistade ja vahendite leidmine klassist ja nende säästlik kasutamine.</p> <p>Vajalike koristusvahendite leidmine klassist, nende kasutamine.</p> |
|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

### 6.11.3 Soovitused õppetöö läbiviimiseks

- **Muuseumikülastused**  
Eesti Tarbekunsti- ja disainimuuseum, ERM, koduloomuuseumid jne.
- **Meisterdamine looduslikust materjalist**  
Kastanimunadest, tammetõrudest, käbidest jms loomi meisterdades õpivad lapsed erinevatele materjalidele loovalt lähenema ja kasutama näiteks naasklit, erinevaid liime.
- **Vabalt kasutatavad õppemängud klassis kasutamiseks**  
Klassis võiksid olla õpilastele igapäevaseks vabaks kasutamiseks erinevad konstruktorid, mängutööpink, laste tööriistakast jms.
- **Taaskasutusprojektid. Kriidivärvide kasutamine**  
Projektipõhise õppe väljundina või loovtööna on võimalik õpilastega koos läbi viia taaskasutusprojekte. Projektide raames saab näiteks anda vanale ja kulunud mööblile uus elu. Vanad mööbliesemed tuleb puhastada, lihvida ning seejärel näiteks kriidivärvidega värvida ning lakkida või vahatada.
- **Taaskasutusprojektid. Õppevahendite meisterdamine**  
Taaskasutusprojekti väljundiks võib olla näiteks noorematele ja madalamal arengutasemel olevatele kaaslastele tegelusseina meisterdamine kasutades vanu riive, haake, tõmblukke, jalanõusid jms.

### 6.11.4 Soovituslik õppevara

Leht, S. Matemaatika töölehtede komplekt IV. Kaal. Raha. Kell. <https://hev.edu.ee/165-2/>

Palgi, K., Kuusk, R. Minu retseptiraamat. <https://hev.edu.ee/156-2/>

Türnpuu, M. Valik elu- ja toimetulekuõppe teemakäsitlusi. <https://e-koolikott.ee/et/oppematerjal/27973-Valik-elu-ja-toimetulekuõppe-teemakäsitlusi>

# KEHALINE KASVATUS

## 1. Kehalise kasvatuse aine õppetegevuse kirjeldus ja õpetuse eesmärgid

Kehalise kasvatuse kaudu rakendatakse toimetulekuõppes kohandatult liikumisõpetuse põhimõtteid.

Õpetuse eesmärgiks on kujundada õpilases positiivset suhtumist liikumistegevustesse, motivatsiooni, teadmisi, oskusi ja harjumust igapäevaselt aktiivselt liikuda, tegeleda liikumise kui harrastusega.

Arendatakse ja toetatakse õpilase positiivse suhtumise kujunemist liikumisse. Sobivate õppemeetodite valik suunab õpilasi arendama oma kehalisi võimeid. Eakohast võimetele vastavaid liikumisoskusi kujundatakse motiveerivate eelkõige mänguliste tegevuste kaudu.

Kasutatakse õpilase sotsiaalset ja emotsionaalset arengut toetavaid harjutusi. Õpilase jaoks on oluline võimetekohane tegevustes osalemine ja positiivse kogemuse saamine.

Arendatakse õpilase üldmootorikat ja koordinatsiooni, kujundatakse eneseteeninduse ja sotsiaalseid oskusi. Õpilast suunatakse sportlikult riietuma ning võimalikult iseseisvalt isikliku hügieeni nõudeid täitma.

Harjutusi sooritades õpib õpilane tunnetama oma keha ja suunama liigutusi, areneb jõud, vastupidavus, osavus ning paraneb rüht. Jõukohaste harjutuste sooritamisel õpitakse liikumisest rõõmu tundma ja lõõgastuma. Õpilasi suunatakse spordialast meelisharrastust valima.

Oskuste omandamist toetab samalaadsete harjutuste pidev kordamine. Muudetakse harjutuste rütmi ja tempot.

Harjutusi sooritatakse vastavalt õpilase arengule

- koostegevuses,
- eeskuju järgi,
- verbaalsel suunamisel või
- mälukujutlustele toetudes iseseisvalt.

Õppe tulemusena kujuneb õpilasel regulaarse aktiivse kehalise liikumise harjumus. Kujuneb terve ja liikuv inimene, kes oskab suunamisel kasutada koolis õpitud liikumisõpetuse alaseid teadmisi igapäevases elus.

## 2. Üldpädevuste kujundamine kehalise kasvatuse aines

Toimetulekuõppes käsitatakse pädevust kui võimetekohaste teadmiste, oskuste ja hoiakute kogumit, mis tagab suutlikkuse teatud tegevusalal või valdkonnas toime tulla.

Kehalise kasvatuse aine õpetamine toetab õpilastel õppekava läbivate taotletavate kohandatud üldpädevuste kujunemist.

Kehalise kasvatuse soovituslikus ainekavas on õpitulemuste saavutamiseks kirjeldatud tegevusi viies liikumisvaldkonnas:

- Liikumisoskused.
- Tervis ja kehalised võimed.
- Kehaline aktiivsus.
- Liikumine ja kultuur.
- Vaimne ja kehaline tasakaal.

Loetletud valdkondade tegevuste lõimimise kaudu õppetegevuses ja igapäevaste tegevuste raames kujunevad õpilastel õppekava läbivad üldpädevused.

### **Kultuuri- ja väärtuspädevus**

Liikumistegevuste kaudu õpivad õpilased tajuma ennast ja ümbritsevat keskkonda. Õpilastel kujuneb minapilt - arusaamine enda kehast ja erinevatest liikumisvõimalustest. Kaaslastega koos liikudes ning liikumis- ja sportmänge mängides areneb positiivne suhtumine iseendasse ja kaaslastesse. Koolis ja väljaspool kooli toimuvatel üritustel osaleja või pealtvaatajana osaledes saavad õpilased kogemused ja teadmised liikumis-, spordi- ja tantsutraditsioonidest ning liikumise seostest erinevate kultuurivaldkondadega.

### **Sotsiaalne ja kodanikupädevus**

Ühiselt tegutsedes õpivad õpilased arvestama enda isiklike huvisid ja rühma kui terviku huvisid. Liikumisega seonduvates elulistest ja mängulistest olukordades õpivad õpilased esialgu suunatult ning seejärel iseseisvalt käituma vastavalt situatsioonile ja kokkulepitud reeglitele, sh järgima mängureegleid, kinni pidama ohutusnõuetest jms. Õpilased õpivad tajuma ja mõistma enda ja kaaslaste emotsioone ning enda käitumist vastavalt reguleerima.

### **Enesemääratluspädevus**

Ühiste liikumisega seonduvate ja sportlike tegevuste kaudu kujuneb õpilastel arusaamine iseendast ja kaaslastest. Õppides mõistma ja aktsepteerima enda ja kaaslaste eripära kujuneb õpilastel positiivne suhtumine iseendasse ja kaaslastesse, samuti enda perekonda, klassi, kooli, kodumaasse. Kooli lähiümbruses, linnaruumis ja looduskeskkonnas liikudes kogevad õpilased suunatult erinevaid ohtlike olukordi, õpivad neid iseseisvalt märkama ja vältima. Liikumistegevuste raames õpivad õpilased märkama enda ja kaaslase abivajadust, abi küsima ja seda pakkuma. Õpilasi suunatakse positiivse suhtumise läbi liikumisse järjepidevalt arendama enda kehalisi võimeid ja tegelema liikumise kui harrastusega. Õpilastel kujuneb arusaamine liikumise ja toitumise mõjust enda tervisele.

### **Õpipädevus**

Õpilasi kaasatakse võimetekohaselt liikumistegevuste kavandamisse. Õpilastel on võimalik valida endale sobiv liikumistegevus ning tegeleda sellega järjepidevalt harrastusena. Liikumis- ja sportmängudes osalemise kaudu õpivad õpilased täitma jõukohaseid ülesandeid nii individuaalselt kui rühmas tegutsedes. Õpilasi suunatakse kasutama omandatud elulis-praktilisi lugemis- ja kirjutamisoskusi ning matemaatilisi oskusi liikumistegevuste raames: õpilased osalevad enda kehaliste võimete mõõtmisel, loevad spordiväljakutel piltide ja tekstina esitatud seadmete kasutusjuhendeid, orienteeruvad tänaval jalakäijatele ja kergliiklejatele suunatud liiklusmärkides jne. Õpilasi suunatakse järjest iseseisvamalt täitma jõukohaseid tegevusi ning teostama suunamisel enesekontrolli.

### **Suhtluspädevus**

Suhtluspädevuse arengut toetavad liikumistegevuste käigus tekkivad elulised suhtlussituatsioonid. Õpilaste kõne ja /või alternatiivsete väljendusvahendite mõistmise ning oma soovide ja seisukohtade väljendamise arendamine toimub läbivalt kehalise kasvatus tundide raames. Õpilased õpivad kuulama, mõistma ja järgima õpetajapoolseid juhiseid, mängureeglite selgitusi jms. Elulistest mängulistest olukordades õpivad õpilased suhtlema kaaslastega, väljendama enda soove ja mõtteid, küsima ja pakkuma abi. Õpilaste suhtlusakte tuleb toetada ning suunata neid üha enam osalema vestlustes ja avaldama oma arvamust.

### **Matemaatika-, loodusteaduste ja tehnoloogiaalane pädevus**

Õpilased osalevad enda kehaliste võimete mõõtmisel ning saavad seeläbi omandatud elulis-praktilisi matemaatilisi oskusi rakendada. Liikumisüritused looduskeskkonnas toetavad keskkonnateadliku käitumise kujunemist, õpilased õpivad märkama elus ja eluta loodust enda ümber ning seda hoidma. Erinevate liikumisvahendite kasutama õppimine ja esmaste hoolduspõhimõtete omandamine toetab õpilaste tehnoloogiaalase pädevuse kujunemist.

### **Ettevõtlikkuspädevus**

Liikumist ja sportlikke eluviise väärtustavad ja järgivad õpilased on positiivse ellusuhtumisega ja valmis tegutsema. Spordi kui harrastusega tegelemine distsiplineerib õpilasi ja toetab valmisolekut tegeleda järjepidevalt kindla tegevusega kuni eesmärgi saavutamiseni.

### **Digipädevus**

Kehalise kasvatuse tundides õpivad õpilased vastavalt võimetele kasutama erinevaid kehalisi näitajaid - südametöö, pulss - ja kehalise võimete mõõtmisega seonduvaid digivahendeid. Igapäevase õppetegevuse osana suhtlemisvõimaluste loomiseks kasutatakse vajadusel õpilase arengutasemele vastavat kommunikaatorit.

## **3. Kehalise kasvatuse aine lõiming õppekava läbivate teemadega**

Õppekava läbivad teemad on üld- ja valdkonnapädevuste ning erinevate õppeainete lõimingu vahendiks. Õppekava läbivaid teemasid arvestatakse toimetulekuõppel oleva õpilase eripärasid arvestava ning toimetulekuõppe metoodikast lähtuva kohandatud õppimist ja arengut toetava koolikeskkonna loomisel. Läbivad teemad on aineülesed ja käsitlevad ühiskonnas olulisi valdkondi, mis läbi kujuneb õpilasel ettekujutus ühiskonna kui terviku toimimisest ning arengust. Õpilasel kujuneb oskus vastavalt oma võimetele omandatud oskusi ja teadmisi elulis-praktilistes olukordades rakendada. Õppekava läbivad teemade käsitlemine toimub kõikides kehalise kasvatuse aine soovituslikus ainekavas kirjeldatud liikumisvaldkondades.

### **Elukestev õpe ja karjääri kujundamine**

Jõukohaste ja mänguliste liikumistegevuste kaudu toetatakse õpilaste huvi erilaadsetes tegevustes osalemise vastu. Kujuneb õpilaste positiivne suhtumine kaaslastesse, ümbritsevasse keskkonda ja tegutsemisse. Sportlike tegevuste sooritamise käigus arenevad koostööoskused. Õpilasi suunatakse tajuma ja mõistma enda võimeid. Kujunevad oskused ja harjumus eesmärgi saavutamiseks järjepidevalt ennast arendada. Õpilased arvestavad tegutsemisel kokkulepitud reeglitega, alluvad distsipliinile ja on valmis tegutsema eesmärgi saavutamise nimel.

### **Keskkond ja jätkusuutlik areng**

Teema käsitlemine toimub liikumis- ja sporditegevuste raames saadavate kogemuste kaudu. Linnaruumis ja looduskeskkonnas liikudes kogevad õpilased igapäevaelu nähtusi, tehis- ja looduskeskkonda. Õpilasele mõistetavatest olukordadest lähtuvalt tutvustatakse loodushoiu ja inimeste jätkusuutliku tegutsemise põhimõtteid. Õpilane õpib mõistma enda rolli ümbritsevas keskkonnas ning saab praktilise tegevuse kaudu vastavalt võimetele aru, kuidas saab enda käitumise ja tegevusega mõjutada keskkonnaressursside kasutamist, nt sportimisel korduvkasutatavate veepudelite kasutamine vms.

### **Kodanikualgatus ja ettevõtlikkus**

Kesksel kohal on võimetele vastava adekvaatse minapildi kujunemine. Ühiste liikumistegevuste kaudu õpivad õpilased teadvustama enda rolli kaasinimeste hulgas ja laiemalt ühiskonnas, kujunevad sõprussuhted. Liikumis- ja sportmänge mängides arenevad õpilaste koostööoskused. Reeglitel põhinevaid sportmänge mängides õpivad õpilased mõistma kokkuleppelisi reegleid, tegema valikuid ja langetama otsuseid. Liikumist ja tervislikke eluviise väärtustav ja järgiv õpilane on positiivse ellusuhtumisega ja valmis tegutsema. Sportimine toetab valmisolekut tegeleda järjepidevalt kindla tegevusega kuni eesmärgi saavutamiseni. Õppetöö osana osaletakse erinevatel liikumis- ja spordiüritustel nii osalejate kui pealtvaatajatena.

### **Kultuuriline identiteet**

Kultuuriline identiteet kujuneb õpilasel kodu, kooli ja laiemalt ühiskonna pidevas koostöös. Kehalise kasvatuse tundides õpivad õpilased mängima Eesti traditsioonilisi laulumänge ja tantsima rahvatantse. Tutvutakse erinevate rahvaste tantsudega. Erinevatel liikumis- ja spordiüritustel on võimalik kohtuda teiste kultuuride esindajatega. Õpilased teavad Eesti

sportlasi ja meeskondi, on kuulnud teiste maade sportlastest. Õpilastel kujuneb positiivne suhtumine nii Eesti kui teiste rahvaste kultuuripärandisse.

### **Teabekeskond ja meediakasutus**

Liikumistegevustes ja sportimisel suunatakse õpilasi leidma ja mõtestama ümbritsevas keskkonnas olevat eelkõige visuaalselt esitatud teavet, nt spordivahendite kasutusjuhendeid, matkaradade märgistusi, liiklemist reguleerivaid märke jms. Õpilasi suunatakse ühe vaba aja veetmise võimalusena vaatama meediakanalite kaudu edastavaid liikumisüritusi, spordivõistlusi jms. Ohutusega seonduvate teemade raames käsitletakse õpilase kogemusväljaga ühtivaid ja arusaadavaid meediakasutusega seonduvaid ohtusi.

### **Tehnoloogia ja innovatsioon**

Kehalise kasvatuses tundides õpetatakse õpilasi kasutama ja elementaarselt hooldama erinevaid liikumisvahendeid. Kehaliste näitajate ja saavutuste mõõtmisel kasutatakse koostevõttes erinevaid digivahendeid. Õpilaste liikumistegevusi on võimalik filmida hilisema analüüsimise või esitamise, nt tantsukavad, eesmärgil. Kui õpilane kasutab verbaalset kõnet toetavat või asendavat digivahendit tuleb õpilast suunata seda järjepidevalt kasutama õppetegevuses. Kasutusel olevat AAC vahendit tuleb tutvustada kõikidele õpilasega tegelevatele täiskasvanutele ja kaasõpilastele.

### **Tervis ja ohutus**

Õpilased kogevad kehalise kasvatuses tundides jõukohaste liikumistegevuste kaudu liikumisrõõmu. Nad omandavad positiivse suhtumise liikumistegevustesse. Õpilasi suunatakse valima endale meeldivat spordiala ning tegelema sellega järjepidevalt harrastusena. Õpilased saavad teadmised tervisliku toitumise põhimõtetest ning toitumise ja liikumise tähtsusest inimese tervisele. Õpilasi suunatakse jälgima enda enesetunnet nii igapäevaselt kui liikumistegevustes. Läbivalt toimub kehalise kasvatuses tundides ohutusteemade käsitlemine. Õpilasi suunatakse võimalikult adekvaatselt hindama enda võimeid, ohutult käsitlema spordi- ja liikumisvahendeid, järgima liikluseeskirju, arvestama sportimisel kaaslastega jne. Õpilastel kujundatakse teadmised ja oskused ohtude märkamiseks, ohtudest hoidumiseks ning enda ja teiste abivajaduse märkamiseks ning abi kutsumiseks.

### **Väärtused ja kõlblus**

Toimetulekuõppes on õpilaste õpimotivatsiooni tõstmise seisukohalt määrava tähtsusega õpilase ja õpetaja positiivne ühistevõlu. Selleks, et õpilased väärtustaksid liikumist ja tervislikke eluviise, peab õpetaja olema õpilastele eeskujuks nii positiivse suhtumisega sportlikesse tegevustesse ja tervislikku toitumisse. Kehalise kasvatuses tundides õpivad õpilased tundma iseennast, enda tugevaid ja nõrku külgi. Õpilastel kujunevad ühiste tegevuste käigus suhtlemisoskused, aktsepteeritavad väärtushinnangud ja käitumismustrid.

## **4. Kehalise kasvatuses aine lõimimine teiste õppeainetega**

Aktiivne kehaline tegevus ja liikumine on õpilaste jaoks olulised igapäevaselt terve koolipäeva vältel. Kehalise kasvatuses soovituslikus ainekavas kirjeldatud teemasid ja tegevusi on oluline lõimida kõikidesse koolipäeva kestel toimuvatesse tegevustesse. Hea võimaluse selleks annavad näiteks liikumispausid tundides, õppekäigud, õuesõppetunnid, tantsu- ja mänguvahetunnid jms.

### **Kehaline kasvatus ja elu- ja toimetulekuõpe**

Kehalise kasvatuses ja elu- ja toimetulekuõppe aine teemavaldkonnad on tihedalt omavahel põimunud. Kehalise kasvatuses tundides on käsitletavat teemat rohkem praktilise suunitlusega ja õppetegevus toimub peaaegu alati elulis-praktilistes situatsioonides. Eneseteenindusoskuste arendamine toimub paralleelselt nii kehalise kasvatuses kui elu- ja toimetulekuõppe aines. Nii kehalise kasvatuses kui elu- ja toimetulekuõppe aines saab õpilane teadmisi tervislikest eluviisidest, sh liikumisharjumuse olulisusest nii füüsilise kui vaimse tervise seisukohalt. Kehalise kasvatuses tundides õpivad õpilased koostööoskusi.

Erinevate liikumis- ja sportmängude mängimisel peavad õpilased toime tulema situatsioonidega, kus on oluline mõista enda ja kaaslaste emotsioone. Sõpruse ja emotsioonide teemasid käsitletakse ka elu- ja toimetulekuõppe raames. Liikumistegevustes on väga oluline osa ohutuse teemade käsitlemisel. Kehalise kasvatuse tundides praktilise tegevuse käigus omandatud ohutusosalased oskused ja teadmised on oluline kinnistada elu- ja toimetulekuõppe aines. Kehalise kasvatuse raames saavad õpilased osaleda erinevatel liikumis- ja spordiüritustel, kus nad õpivad käituma vastavalt üldkehtivatele käitumishormidele.

### **Kehaline kasvatus ja emakeel**

Kehalise kasvatuse tundides praktiliste liikumistegevuste raames kasutab õpetaja õpilaste kõnest arusaamise tasemele vastavaid verbaalseid ja alternatiivseid suhtlusvahendeid. Õpilased õpivad kuulama, mõistma ja täitma õpetajapoolseid korraldusi ja järgima verbaalselt ja/ või alternatiivsete vahendite abil selgitatud mängureegleid. Õpilasi suunatakse aktiivselt kasutama olemasolevaid verbaalseid ja/või alternatiivseid suhtlusvahendeid, vajadusel verbaliseerib õpetaja õpilaste tegevust. Laiendatakse käsitletavate teemavaldkondade kaupa õpilaste passiivset ja aktiivset sõnavara. Õpilasi suunatakse osalema loomulikes suhtlussituatsioonides, küsima küsimusi ja avaldama oma arvamust. Õpilased loevad piltide, sümbolite, skeemide või tekstina esitatud infokandjaid linnaruumis, mängu- ja spordiväljakutel, looduskeskkonnas jm.

### **Kehaline kasvatus ja matemaatika**

Kehalise kasvatuse tundides toimub matemaatiliste oskuste arendamine ja kinnistamine elulis-praktilistes olukordades. Liikumistegevuste aluseks on õpilaste kehataju arendamine, mis on omakorda aluseks ruumisuhete mõistmisele. Rivistumisel õpivad õpilased mõõtma üksteist põhimõttel pikem-lühem ning vastavalt mõõtmistulemustele moodustama kahanevaid ja kasvavaid jadasid. Liikumistegevuste käigus õpivad õpilased loendama õpilasi, esemeid, tegevusi jm. Õpitakse järgarvude praktilist kasutamist. Kehalise kasvatuse tundide osaks on eluliste matemaatiliste jutukeste koostamine ja lahendamine. Õpilased õpivad saavutatud tulemusi mõõtma õpitud mõõtevahenditega kasutades õpitud mõõtühikuid.

### **Kehaline kasvatus ja kunst ja käeline tegevus**

Kehalise kasvatuse ja kunsti ja käelise tegevuse ainete lõimimiseks on mitmeid erinevaid võimalusi. Kehalise kasvatuse tundides on võimalik koguda näiteks erinevat looduslikku materjali kunsti ja käelise tegevuse tööde tegemiseks. Kunsti ja käelise tegevuse tundides võib joonistada asfaldile liikumisradasid, keksukaste, valmistada erinevaid mängu- ja liikumisvahendeid jm, mida saab omakorda kehalise kasvatuse tundides liikumistegevustes kasutada. Kunsti ja käelise tegevuse tundides õpivad õpilased siduma sõlme ja lipsu, õpitud oskused leiavad praktilist rakendamist kehalise kasvatuse tundides spordijalanõude paelete sidumisel. Kunsti ja käelise tegevuse tundides saab joonistada või meisterdada töid sportlastest, kujutada toimunud matkapäeva vms.

### **Kehaline kasvatus ja tööõpe**

Kehalise kasvatuse tundides õpivad õpilased vastavalt võimetele hindama enda võimeid. Nad omandavad oskused treenida, st teha tööd järjepidevalt kindla eesmärgi saavutamiseks. Liikumis- ja sportmänge mängides õpivad õpilased koostööoskusi, mõistma enda ja teiste emotsioone ja vastavalt käituma. Õpilased omandavad ohutusosalaseid teadmisi. Kõik loetletud oskused on oluliseks eelduseks lihtsa töö tegemise õppimiseks. Samas tööõppe aine raames omandatavad tööoskused eeldavad teatavaid liikumisoskusi, vastupidavust ja jõudu. Näiteks lehtede riisumine on tegevus, mis ühendab endas nii kehalise kasvatuse kui tööõppe ained.

### **Kehaline kasvatus ja muusika ja rütmika**

Kehalise kasvatuse, muusika ja rütmika õpetamine on tihedalt lõimunud. Liisutamise ja erinevate muusikapalade saatel toimuvad rütmiharjutused. Liikumismängud on sageli

muusika ja laulu saatel, samuti tantsimine. Spordivõistlustel esitatakse riikide hümne ja ergutuslaule.

## 5. Kehalise kasvatuse aine rõhuasetused

| I arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | II arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | III arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Õpilasi õpetatakse oma keha tunnetama ja ruumis orienteeruma.</p> <p>Vajaduse korral toimub sobimatute liigutusstereotüüpide muutmine ja/või asendamine.</p> <p>Õpilasi suunatakse sooritama jõukohaseid harjutusi koostegEVuses ja/või eeskuju järgi.</p> <p>Õppetöö läbiviimisel tuginetakse mängulisele tegevusele.</p> <p>Õpilasi motiveeritakse sportlikus tegevuses osalema positiivse hinnangu andmisega.</p> <p>Õpilast õpetatakse koostegEVuses sportimisel olulisi reegleid järgima.</p> <p>Õpilasel kujundatakse oskust jälgida, kuulata ja täita lihtsamaid korraldusi.</p> <p>Tegevust verbaliseeritakse ja/või saadetakse alternatiivsete vahenditega täiskasvanu poolt.</p> <p>Õpilast suunatakse koostegEVuses järgima korraharjumusi.</p> <p>Kujundatakse oskust riietuda ja täita esmaseid hügieeninõudeid</p> | <p>Õpilasel kujundatakse oskust ja harjumust suunamisel oma keha asendit ja liigutusi kontrollida.</p> <p>Õpilasi suunatakse sooritama tuttavaid ja jõukohaseid harjutusi.</p> <p>Õppetöös kasutatakse jätkuvalt mängulisi elemente.</p> <p>Õpilasi motiveeritakse sportlikus tegevuses osalema positiivse hinnangu andmisega.</p> <p>Sisemist motivatsiooni sportlikuks tegevuseks kujundatakse jõukohase ja huvipakkuva tegevuse kaudu.</p> <p>Õpilasi õpetatakse järgima sportimisega seotud reegleid, arvestama võistluslikus mängus kaaslasega.</p> <p>Õpilast suunatakse täitma ühe- ja kaheosalisi korraldusi, oma tegevust kommenteerima.</p> <p>Õpilasel kujundatakse oskust täita suunamisel korraharjumusi ja hügieeninõudeid.</p> | <p>Õpilasel kujundatakse oskust ja harjumust iseseisvalt kontrollida oma keha asendit ja liigutusi.</p> <p>Õpilasi suunatakse oma liigutusi teadlikult järjestama osatoimingute ahelast lähtuvalt.</p> <p>Kujundatakse liigutusstereotüüpe ja varieeritakse neid tegevusest ja tingimustest sõltuvalt.</p> <p>Õpilane sooritab õpitud harjutusi varieeruvates tingimustes.</p> <p>Õpilasi suunatakse sportlikus tegevuses osalema sisemisest motivatsioonist lähtuvalt.</p> <p>Õpilast suunatakse õpitud oskusi iseseisvalt rakendama,</p> <p>Õpilasele tutvustatakse spordieetika põhinõudeid ja suunatakse neid järgima.</p> <p>Õpilast suunatakse täitma mitmeosalisi korraldusi, oma tegevust planeerima ja kontrollima ning kaasnevalt ja järgnevalt kommenteerima.</p> <p>Õpilasel kujundatakse oskust täita iseseisvalt korraharjumusi ja hügieeninõudeid.</p> |

## 6. Kehalise kasvatuse aine õpitulemused ja õppesisu.

### 6.1 Teema: Liikumisoskused

#### 6.1.1 Õpitulemused

| Liikumisoskused                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| I arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | II arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | III arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <p>Õpilane:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) jälgib harjutuse ette näitamist enda või teise keha peal ning seda saatvat verbaalselt ja/või alternatiivselt esitatud juhendit;</li> <li>2) sooritab koostegevuses ja/või eeskuju järgi lihtsamaid keha- ja ruumitunnetusharjutusi;</li> <li>3) teeb koostegevuses ja/või eeskuju järgi lihtsamaid rühi- ja tasakaaluharjutusi, korrigeerib kehahoidu õpetaja juhendamisel;</li> <li>4) sooritab koostegevuses erisuunalisi liigutusi ja liigutuste ahelat</li> <li>5) liigub roomates, põlvedel ja neljakäpakil;</li> <li>6) ronib üle takistuste;</li> <li>7) liigub vahelduvsammuga trepist üles;</li> <li>8) sooritab koostegevuses ja/või eeskuju järgi lihtsamaid kõnni- ja jooksharjutusi;</li> <li>9) käib ja/või jookseb võimetekohases tempos jõukohast distantsti;</li> <li>10) liigub spontaanselt muusika saatel;</li> <li>11) sooritab koostegevuses ja/või eeskuju järgi venituse-, sirutuse- ja lõdvestusharjutusi;</li> <li>12) osaleb lihtsates liikumismängudes;</li> <li>13) kasutab tuttavaid spordivahendeid eesmärgipäraselt;</li> <li>14) riietub suunamisel spordiriietesse ja täidab hügieeninõudeid;</li> <li>15) järgib liikumisel ja sportimisel koostegevuses ohutusreegleid.</li> </ol> | <p>Õpilane:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) jälgib harjutuse ette näitamist ning seda saatvat verbaalselt ja/või alternatiivselt esitatud juhendit;</li> <li>2) sooritab õpitud keha- ja ruumitunnetusharjutusi iseseisvalt;</li> <li>3) sooritab õpitud rühi- ja tasakaaluharjutusi iseseisvalt erinevate vahenditega ja erinevatel võimlemisriistadel, hoiab tasakaalu asendites ja liikumistel;</li> <li>4) sooritab juhendamisel / juhendi järgi erisuunalisi liigutusi vastavalt liigutuste ahelale;</li> <li>5) liigub vahelduvsammuga trepist üles ja alla;</li> <li>6) sooritab õpitud kõnni- ja jooksharjutusi iseseisvalt, kõnnib/jookseb erinevatel maastikel jõukohast distantsti;</li> <li>7) loob kehapiiril rütmi;</li> <li>8) sooritab suunamisel õpitud venituse-, sirutuse- ja lõdvestusharjutusi;</li> <li>9) osaleb erinevates liikumismängudes;</li> <li>10) on tutvunud erinevate spordivahenditega ja oskab neid kasutada;</li> <li>11) riietub verbaalsel suunamisel vastavalt ilmale ja tunni toimumise kohale, täidab hügieeninõudeid;</li> <li>12) järgib meeldetuletamisel liikumisel ja sportimisel ohutusreegleid.</li> </ol> | <p>Õpilane:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) jälgib harjutuse verbaalselt ja/või alternatiivselt esitatud juhendit ja täidab seda;</li> <li>2) sooritab varieeruvates tingimustes keha- ja ruumitunnetusharjutusi iseseisvalt, paaris või rühmas;</li> <li>3) sooritab lihtsamaid kombineeritud rühi- ja tasakaaluharjutusi erinevate vahenditega ja erinevatel võimlemisriistadel;</li> <li>4) sooritab mälule toetudes liigutuste ahelat;</li> <li>5) sooritab varieeruvates tingimustes kõnni- ja jooksharjutusi, kõnnib/jookseb erinevatel maastikel ja eri aastaegadel eri pikkusega distantse;</li> <li>6) sooritab üheaegselt kaaslasega rütmiliikumisi;</li> <li>7) sooritab iseseisvalt venituse-, sirutuse- ja lõdvestusharjutusi;</li> <li>8) kasutab liikumisel erinevaid spordivahendeid;</li> <li>9) mängib lihtsustatud reeglite järgi õpitud sportmänge, suudab kinni pidada õpitud mängureeglitest;</li> <li>10) peab liikumisel ja sportimisel kinni üldistest ohutusreeglistest, valib sobivad paigad ja vahendid;</li> <li>11) harrastab kindlat spordiala iseseisvalt või osaleb treeningutel.</li> </ol> |

## 6.1.2 Õppesisu

### Liikumisoskused

- **Keha- ja ruumitunnetusharjutused, rühi- ja tasakaaluharjutused**  
Kehahoid vastavalt liikumis- ja igapäevasele tegevusele. Kehahoiu korrigeerimine koostegevuses õpetajaga ja õpetaja suunamisel.
- **Tasakaalu hoidmine asendites**  
Kehatunnetuse ja kehahoiu harjutused paigal. Tasakaaluasendid erinevate kõrguste ja laiustega toepindadel. Toengud erinevate kehaosade peal. Maandumine. Rippumine.
- **Tasakaalu hoidmine liikumisel**  
Kehatunnetuse ja kehahoiu harjutused liikudes. Liikumised erinevate kõrguste ja laiustega toepindadel.
- **Tasakaalu hoidmine asendite ja liikumiste kombinatsioonides**  
Asendite ja liikumiste kombinatsioonid (nt harjutuste kombinatsioonid: liikumine-tasakaaluasend, takistusrajad jne), kehahoid erinevates liikumistes.

| I arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | II arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | III arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Igapäevased tegevused.<br><br>Harjutused peegli ees kehahoiu korrigeerimiseks.<br><br>Harjutused sensoorteraapia- ja füsiorullpallidega. Stopp-liikumine koostegevuses.<br><br>Kiikumisharjutused.<br>Kükitamine, kägarasend ja selles kiikumine.<br><br>Käte kõverdamine ja sirutamine, plaksutamine, rusikasse surumine ja avamine, kehaosade puudutamine. Sõudmine istuvas asendis.<br><br>Roomamine käsi ja jalgu liigutades. Põlvedel ja neljakäpakil liikumine.<br><br>Kõnd tasapinnal orientiiride järgi. Kõnd reljeefsel / erinevatest materjalidest rajal. Erinevate kõnnakute matkimine kindlas rütmis.<br><br>Akrobaatikaharjutused.<br><br>Takistustest üleronimine. Varbseinal ronimine. Ronimine mänguväljaku treppidel ja redelitel. | Enda veeretamine.<br><br>Harjutused erinevate vahenditega: võimlemiskepid, pallid, hüpits.<br><br>Rippumisharjutused varbseinal.<br><br>Kõnd võimlemispingil. Põlve- ja sääretõstekõnd, tagurpidi kõnd.<br>Kombineeritud harjutused kõnni- ja jooksumudega. Stopp-liikumine mängudes.<br><br>Ronimine kaldpingil. Ronimine mänguväljaku redelitel, tasakaaluradadel.<br><br>Ruumitaju arendavad harjutused: verbaalsel suunamisel stardi- ja finišijoonega, väljaku piiridega arvestamine.<br><br>Paarisharjutused.<br><br>Akrobaatikaharjutused. Horisontaalne tasakaal.<br><br>Toenghüpe. Toenghüpe üle kitse.<br><br>Venitus-, sirutus- ja lõdvestusharjutused. | Tasakaalu arendavad liikumismängud.<br><br>Jõuharjutused varbseinal.<br><br>Põlve- ja sääretõstejooks. Jooks suuna muutmisega. Liikumine joonel ja pingil, kasutades erinevaid kõnni- ja jooksumasse.<br>Kombineeritud harjutused kõnni- ja jooksumammul. Stopp-liikumine harjutuskava osana.<br><br>Ronimine mänguväljaku redelitel, tasakaaluradadel, Slackline lindil. Ronimine ronimisseinal.<br><br>Ruumitaju arendavad harjutused: stardi- ja finišijoonega ning väljaku piiridega arvestamine, hooga kaugushüpe, pallivise.<br><br>Paaris- ja rühmaharjutused.<br><br>Kombineeritud võimlemisharjutused. Venitus-, sirutus- ja lõdvestusharjutused. |

|                                                                                                                                                                                              |                                                                                                        |  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| <p>Ruunitaju arendavad harjutused: liikumine ravis, ringis.</p> <p>Venitus-, sirutus- ja lõdvestusharjutused.</p> <p>Riviharjutused: tervitamine ravis, paigalpöörded, ümberrivistumine.</p> | <p>Riviharjutused. Täitekäsklus <i>Ümber – pöörd!</i>.<br/>Loendamine ravis.<br/>Ümberrivistumine.</p> |  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|

## Edasiliikumisoskused

### Kõnni- ja jooksuoskus

Kõnni-, jooksharjutused ja - mängud. Kõnni- ja jooksusammudel põhinevad tantsumängud ja tantsud. Kõndimine ja jooksmine sise- ja välistingimustes (sh erinevat tüüpi maastikul). Matk või õppekäik linnaruumis või looduskeskkonnas.

| I arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                          | II arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | III arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Kõnd tasapinnal orientiiride järgi. Kõnd reljeefsel / erinevatest materjalidest rajal. Kõnd kallakust üles ja alla. Kõnd treppidest üles ja alla. Erinevate kõnnakute matkimine.</p> <p>Jooks rahulikus tempos.</p> <p>Õppekäigud ja matkad kooli lähiümbrusesse.</p> | <p>Kõnd treppidest üles ja alla. Kõnd erinevatel maastikel. Kõnd võimlemispingil. Põlve- ja sääretõstekõnd, tagurpidi kõnd.</p> <p>Jooks. Jooksuasend, jooksuliigutused, jooks erinevas tempos. Erineva pikkusega jooksharjutused. Jooks kallakust üles.</p> <p>Jooks. Start erinevatest lähteasenditest.</p> <p>Kombineeritud harjutused kõnni- ja jooksusammudega. Jooksumängud. Teatejooks. Teatevahetuse õppimine lihtsates teatevõistlustes.</p> <p>Õppekäigud ja matkad linnaruumis ja looduses.</p> | <p>Põlve- ja sääretõstejooks. Jooks suuna muutmisega. Kombineeritud harjutused kõnni- ja jooksusammudega.</p> <p>Jooksuasend, jooksu alustamine ja lõpetamine. Jooks erinevatest lähteasenditest, mitmesugused jooksharjutused. Püstistart koos stardikäsklustega. Madalstart. Võimetekohase jooksutempo valimine. Pendelteatejooks teatepulgaga. Ringteatejooks.</p> <p>Jooks/kõnd vahelduval maastikul erinevatel aastaaegadel. Õppekäigud ja matkad linnaruumis ja looduses.</p> |

### Hüppeoskus

Hüppeharjutused. Hüppemängud. Hüppeid ja hüpakuksid sisaldavad tantsud. Hüppe- ja jooksupühkimised. Hüpete kasutamine erinevates keskkondades. Hüppisaharjutused.

| I arengutasemel                                 | II arengutasemel                                                                                            | III arengutasemel                                                                                                              |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Sulghüpe.</p> <p>Harki - kokku hüplemine</p> | <p>Harki- ja käärihüplemine.</p> <p>Sügavushüpe.</p> <p>Kombineeritud hüpped: hüpped ühel jalal, hüpped</p> | <p>Galoppsamm.</p> <p>Hüpped üle takistuste.</p> <p>Hüplemine hübitsaga.</p> <p>Hoota kaugushüpe kahel jalal maandumisega.</p> |

|  |                                                             |                                         |
|--|-------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|
|  | rõngast rõngasse, hüpped batuudil jne.<br>Hoota kaugushüpe. | Kaugushüpe hoojooksuga paku tabamiseta. |
|--|-------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|

### Roomamis- ja ronimisoskus

Roomamine. Ronimine erinevatel vahenditel, üle takistuste, erinevatel tasapindadel, vahendite alt. Ohutusega arvestamine ja enda suutlikkuse suunatud mõistmine.

| I arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                | II arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                  | III arengutasemel                                                                                                                                                       |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Roomamine käsi ja jalgu liigutades. Põlvedel ja neljakäpakil liikumine.<br><br>Takistustest üleronimine. Takistuste alt läbi ronimine. Varbseinal ronimine. Trepist üles ja alla ronimine.<br><br>Ronimine mänguväljaku treppidel ja redelitel.<br><br>Ronimine koostegevuses looduskeskkonnas üle takistuste. | Roomamine läbi tunneli.<br><br>Ronimine kaldpingil. Erinevatel redelitel, treppidel üles ja alla ronimine.<br><br>Ronimine mänguväljaku jõukohastel redelitel, tasakaaluradadel.<br><br>Ronimine eeskuju järgi looduskeskkonnas üle takistuste, ronimine kividel, puutüvedel jms. | Ronimine mängu- ja spordiväljaku redelitel, tasakaaluradadel. Ronimine ronimisseinal.<br><br>Ronimine looduskeskkonnas üle takistuste, ronimine kividel, puutüvedel jms |

### Ujumisoskus

Ohutusnõuded ja kord basseinis ning ujumispaias. Hügieeninõuded ujumisel. Veega kohanemise harjutused. Rinnuli- ja seliliujumine vahendiga ja ilma.

| I arengutasemel                                                                                                                                                                               | II arengutasemel                                                                                                                                           | III arengutasemel                                                                                                                                                                           |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Harjutused veega kohanemiseks.<br><br>Riietumine. Tualeti kasutamine.<br><br>Isikliku hügieeni järgimine: pesemine- ja kuivatamine koostegevuses.<br><br>Ohutusnõuete järgmine koostegevuses. | Harjutused vees. Abivahendiga ujumine.<br><br>Toimetulek ja aktsepteeritav käitumine ujulas. Isikliku hügieeni järgimine. Ohutusnõuete suunatud järgimine. | Abivahenditega ja iseseisev ujumine.<br><br>Ujumine kui harrastus.<br><br>Isikliku hügieeni järgimine, otstarbekalt isikliku hügieeni tarvete kasutamine. Ohutusnõuete iseseisev järgimine. |

### Edasiliikumisoskuste kasutamine.

Edasiliikumisoskuste kasutamine tantsus, rütmis ja muusikas. Keha liikumine ajas ja erinevates rütmides, ise rütmi tekitamine. Keha liikumine ruumis. Keha liikumine heli ja muusika saatel. Liikumine eneseväljenduse vahendina. Liikumine koostöös teistega. Edasiliikumisoskused koostöös paarilise ja rühmaga. Liikumised paarilise ja rühmaga erinevates suundades, tempos, rütmis.

| I arengutasemel                                                                                                              | II arengutasemel                                                                 | III arengutasemel                                                       |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|
| Õpetaja tegevuse matkimine. Harjutused peegli ees. Tähelepanu- ja matkimismängud. Plaksutamine. Rütmi tekitamine kehapillil. | Rütmi plaksutamine vm kehapillil tekitamine.<br><br>Harjutused paaris ja rühmas. | Liikumine rütmis, rütmi tekitamine.<br><br>Harjutused paaris ja rühmas. |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Harjutused paaris.</p> <p>Liikumine ravis, ringis.</p> <p>Harjutused koostöölangevarju, rätikute ja lintidega.</p> <p>Lindude ja loomade kõnnaku ja tegevuste matkimine.</p> <p>Spontaansust ja liikumisrõõmu arendavad mängud: kullimängud, laulumängud.</p> <p>Vaba liikumine muusika saatel.</p> | <p>Liikumine ravis, ringis ja paarilisega kõrvuti ringjoonel.</p> <p>Ringmängud. Eesti traditsioonilised laulumängud paarilise valimisega.</p> <p>Lihtsamad tantsud õpitud tantsusammudega.</p> <p>Õigeaegne tantsu alustamine ja lõpetamine.</p> <p>Vaba tants.</p> | <p>Tantsukujundid rühmas ja liikumine nendes. Erinevad liikumised rütmi või muusika iseloomu vaheldumisel.</p> <p>Laulumängud erinevates joonistes.</p> <p>2–3-kombinatsioonilised lihtsamad paaristantsud.</p> <p>Korduvtuurilised eesti rahvatantsud ja keerukamad laulumängud. Erinevate rahvaste tantsud.</p> <p>Lastetantsud.</p> <p>Tantsulise liikumise väljamõtlemine. Lihtsa tantsu loomine.</p> |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

### Vahendi kasutamine. Vahendi esmane hoidmis- ja hooldusvajadus

Vahend, millele keskendutakse valitakse kooli poolt ja sellest sõltub ka tehnilisele ABC-le keskendumise vajadus vastavalt vahendi eripärale. Näiteks: Jalgratta, suuskade hoidmisasendid.

| I arengutasemel                                                                                                                                                 | II arengutasemel                                                                                                                                                                                                       | III arengutasemel                                                           |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|
| <p>Spordivahenditega tutvumine.</p> <p>Spordivahendite sorteerimine vastavalt kasutamiskiisile.</p> <p>Spordivahendite hoiupaika paigutamine koostegevuses.</p> | <p>Spordivahendite erinevad kasutusvõimalused.</p> <p>Spordivahendite leidmine hoiupaigast ja hoiupaika paigutamine peale kasutamist. Spordivahendi hoidmisasendid.</p> <p>Spordivahendi hooldamine koostegevuses.</p> | <p>Tuttavate spordivahendite õige hoiustamine ja hooldamine suunamisel.</p> |

### Vahendil liikumine

Harjutused tasakaalu hoidmiseks jooksu-, tõuke- ja jalgrattal. Harjutused ja mängud kelkudel. Harjutused uiskudel. Harjutused suuskadel.

| I arengutasemel                                                                                                                                                                 | II arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                           | III arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Spordivahendite lükkamine ja vedamine.</p> <p>Tasakaalu/ jooksuratta kasutamine.</p> <p>Kelgutamine: laskumine nõlvakust, kelgu vedamine (tühi kelk, istuva kaaslasega).</p> | <p>Tõukerattaga sõitmine.</p> <p>Jalgrattasõit: kolmerattaline jalgratas, abiratastega jalgratas.</p> <p>Kelgutamine: kelgu lükkamine, kelgu märke vedamine, kelgu pidurdamine.</p> <p>Suusatamine: suuskadel liikumine keppideta/keppidega lauskmaal.</p> | <p>Tõukerattasõit kui harrastus.</p> <p>Jalgrattasõit. Jalgrattasõit kui harrastus.</p> <p>Kelgutamine: kelgu juhtimine, koos kaaslasega kelgul nõlvakust laskumine.</p> <p>Snowtubing.</p> <p>Suusatamine: suuskadel liikumine paaristõugetega ja vahelduvsammuga, laskumine väikesest nõlvast. Suuskadel eessõitjast/</p> |

|  |  |                                                                                                                                                                               |
|--|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  |  | takistusest möödumine.<br>Suusatamine kui harrastus.<br><br>Uisutamine: uiskudel<br>tasakaalu hoidmine raami<br>abil, iseseisvalt uisutamine.<br><br>Liikumine lumeräätsadel. |
|--|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## Vahendi käsitlemine harjutustes, liikumismängudes

### Viske- ja püüdmisoskus.

Palli hoidmine, palli hoidmine koos kaaslasega, palli hoidmine erinevatel viisidel liikudes. Palli veeretamine ja veereva palli püüdmine, veeretamine täpsusele ja esemete alt. Viske- ja püüdmisharjutused: viskamine erinevalt kauguselt, enda ja paarilise visatud palli püüdmine, viskamine üle võrgu, individuaalharjutused palliga, viskamine üles ja püüdmine, viskamine seina vastu ja püüdmine, viskamine horisontaalsesse (nt rõngas, kast) või vertikaalsesse märklauda (nt tähis seinal). Erinevate vahendite viskamine ja püüdmine. Viske- ja püüdmisega liikumismängud.

| I arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | II arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                          | III arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Erinevate vahendite viskamine ja püüdmine: pallid, liivakotikesed, lennukid, lendpall jms.<br><br>Harjutused palliga: palli hoidmine, kandmine, veeretamine, viskamine kahe käega.<br><br>Täpsusvisked: vastu seina visatud palli pörge ja püüdmine, viskamine, palli pörkest püüdmine, kaugus- ja täpsusvise palliga. | Harjutused erinevate viskevahenditega: pallid, discgolfi kettad, noolemängud jms.<br><br>Harjutused palliga: pallivisked ühe käega, palli löömine ja vedamine jalaga, palli ja teiste viskevahendite märkiviskamine, palli veeretamine kindla sihtmärgi suunas, palli püüdmine.<br><br>Pallivise paigalt. | Harjutused palliga: palli löömine kaaslasel, palli veeremise peatamine jalaga, väikese palli viskamine kaugusesse, palli/kuuli veeretamine sihtmärgi suunas, veeretamise tugevuse reguleerimine.<br><br>Viskepalli hoie, viskeliigutus. Pallivise kahesammulise hooga.<br><br>Viske ja püüdmisega liikumismängud: mädamuna, rahvasepall, bowling, Bocce, discgolf jms. |

### Põrgatamisoskus

Põrgatamine kahe käega, parema ja vasaku käega, põrgatamine ja püüdmine, põrgatamine säilitades asukohta, põrgatamine liikumisel. Põrgatamisharjutused.

| I arengutasemel                                                | II arengutasemel                                                                                              | III arengutasemel                                                                                                                  |
|----------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Palli kukutamine käest. Palli viskamine kahe käega vastu maad. | Palli põrgatamine kahe käega. Palli põrgatamine ühe käega. Palli põrgatamine ja püüdmine säilitades asukohta. | Palli põrgatamine parema ja vasaku käega. Palli põrgatamine liikumisel.<br><br>Põrgatamisharjutused.<br><br>Pallimängud: korvpall. |

### Palli löömisoskus

#### Palli löömisoskus käega

Harjutused kergete pallidega, nt õhu- või rannapallid. Kerge palli löömine üles, ette, üle takistuse (võrk, nõör). Palli löömine säilitades enda asukohta ja liikumisel.

### Palli löömisoskus jalaga

Seisva ja liikuva palli löömine kaaslasele ja täpsusele, nt väravasse. Palli vedamine ja peatamine. Harjutused ja liikumismängud.

### Palli löömisoskus vahendiga (reketiga, hokikepiga)

Kerge palli löömine õhku, edasi, üle takistuse (võrk) reketiga. Juurdeviivad harjutused reketi- ja hokimängudele. Palli vedamine, löömine, peatamine, söötmine hokikepiga.

| I arengutasemel                                            | II arengutasemel                                                                                                                                                     | III arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Kerge palli löömine käega.<br>Seisva palli löömine jalaga. | Kerge palli löömine üles, ette.<br><br>Liikuva palli löömine ja vedamine jalaga.<br><br>Õhupalli löömine reketiga õhku.<br><br>Palli vedamine ja löömine hokikepiga. | Kerge palli löömine üle takistuse.<br><br>Palli jalaga löömine kaaslasele. Palli löömine väravasse. Palli veeremise peatamine jalaga.<br><br>Õhupalli/sulgpalli löömine õhku, edasi, kaaslasele, üle takistuse.<br><br>Palli peatamine ja söötmine hokikepiga.<br><br>Pallimängud: jalgpall, sulgpall, saalihoki. |

### Vahendite abil erinevate oskuste arendamine

Kehatunnetuse, koordineerimise, tasakaalu, koostöö, rütmisustunde harjutused vahendite abil.

| I arengutasemel                                                                                                                                                               | II arengutasemel                                                                                                                                                                        | III arengutasemel                                                                                                                                                                                                   |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Harjutused erinevate vahenditega: langevarjud, lindid, raskuskotikesed, õhupallid, pallid jms.<br><br>Harjutused peegli ees.<br><br>Harjutused paaris.<br><br>Liikumismängud. | Harjutused erinevate vahenditega: võimlemiskepid, pallid, hüüpits jms.<br><br>Harjutused paaris ja rühmas.<br><br>Lihtsad võimlemis- ja tantsukavad. Kohandatud reeglitega pallimängud. | Harjutused erinevate vahenditega: lint, rõngas, pallid, hüüpits jms.<br><br>Harjutused paaris ja rühmas.<br><br>Võimlemis- ja tantsukavad. Palli- jm sportmängud.<br><br>10 üldarendavat harjutust lugemise saatel. |

### Turvalisuse ja ohutu liikumise põhimõtete arvestamine

Soojendus enne liikumisteggevust, riietuse valik vastavalt tegevusele, keskkonnale, ilmale. Erinevate liikumisviiside puhul ohutuse tagamine nii linna- kui maakeskkonnas (enda nähtavaks tegemine). Teekonna kavandamine, ilmastikutingimusi ja liikumisviisi arvestavalt. Liiklusmärkide, teekattetähiste, mängu- ja spordiväljakute infotahvli märkimine, lugemine, mõtestamine.

### Turvalisus vahendil liikumises

Turvavarustuse kasutamine: kiiver, kaitsmed, helkur, erksavärvilised riided jne. Liiklusreeglitega arvestamine vahendil (tõukeratas, jalgratas jne) liikudes linnaruumis. Kaaslasega arvestamine vahendil liikumisel.

| I arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | II arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | III arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Koostegevuses tegevuse ja ilmaga sobivate spordirõivaste valimine. Iseseisev riietumine.</p> <p>Soojendusharjutuste sooritamine eeskuju järgi.</p> <p>Koostegevuses mänguväljakutel ohutusreeglite järgimine: enda järjekorra ootamine, kaaslaste tegevuse jälgimine jms.</p> <p>Ohutu liiklemine kooli ümbruses: kõnnitee, sõidutee, maantee, ülekäigurajad, foorid. Helkuri ja helkurvesti kandmine õppekäikudel.</p> <p>Erinevad sõidukid meie teedel, sh tõukerattad, rattad.</p> <p>Jooksurattaga, kelguga vm vahendiga liikumisel eeskuju järgi kaaslaste liikumistrajektooriga arvestamine. Rattaga liikumisel kiivri kandmine.</p> | <p>Verbaalsel suunamisel tegevuse ja ilmaga sobivate spordirõivaste valimine ja riietumine.</p> <p>Õpitud soojendusharjutuste sooritamine meeldetuletamisel.</p> <p>Mängu- ja spordiväljakute ohutu kasutamine verbaalsel suunamisel. Mängu- ja spordiväljakute pildiliselt ja tekstina esitatud kasutusreeglite leidmine, koostegevuses kasutusreeglite lugemine, mõtestamine ja järgimine.</p> <p>Ohutu liiklemine koduasulas. Liiklemine kergliiklusteel. Kergliiklusteel olevate liiklusmärkide ja teekattemärgistuse märkamine, lugemine ja mõistmine: kõnnitee, jalgrattatee.</p> <p>Liiklemine pimedal ajal, helkuri ja helkurvesti kasutamine.</p> <p>Rattaga sõitmisel, kelgutamisel meeldetuletamisel kaaslaste liikumistrajektooriga arvestamine. Oskus märgata ohtu ja pidurdada. Rattaga sõitmisel kiivri kandmine.</p> | <p>Tegevuse ja ilmaga sobivate spordirõivaste valimine ja riietumine.</p> <p>Iseseisev soojendusharjutuste sooritamine enne liikumistegevust.</p> <p>Spordiväljakute, sh välijõusaalide ohutu kasutamine. Treeningseadmete kasutusjuhendite leidmine, lugemine ja järgimine.</p> <p>Sportimisel õpitud ohutusnõuete täitmine. Turvavarustuse kandmine.</p> |

### 6.1.3 Õppetöö läbiviimine

- Liikumisoskused olulisus**

Õpilaste jaoks on oluline omandada erinevaid liikumisoskusi, et tal oleks võimalik osaleda aktiivselt erinevates liikumistegevustes. Olles omandanud liikumisoskused, tunnetavad õpilased ennast liikumistegevustes kompetentsena ja soovivad liikuda. Seega on liikumisoskuste omandamine ja soov liikuda, so kehaline aktiivsus vastastikuses seoses. Oluline on tegeleda õpilaste eripärsid arvestades kõikide liikumisoskustega erinevate liikumistegevuste ja keskkondade kaudu, et saaksid kujuneda mitmekülgsed liikumisoskused:

- 1) Edasiliikumisoskused maal ehk kõndimis-, jooksmis-, hüppamis-, ronimisoskus ja nende rakendamine liikumisharrastuses, spordialades, rütmis ja muusika saatel, tantsus ja koostööd tehes. Edasiliikumisoskus vees ehk ujumisoskus.

- 2) Oskus liikuda vahendil. Oskus on seotud igapäevase liikumisega, harrastus- ja sportlikku tegevusega, kus edasiliikumiseks kasutatakse vahendit.
- 3) Oskus käsitseda vahendit ehk oskus visata, püüda, pörgatada ja lüüa vahendit käe, jala ja vahendiga.
- 4) Oskus kontrollida keha asendites, liikumisel ja nende kombinatsioonides.
- 5) Õpilased arendavad ja kasutavad liikumisoskuseid suunatult liikumismängudes, lihtsustatud sportmängudes, tantsudes ja spordialades erinevates keskkondades, sh liikluses. Õpilased loovad ka ise koostevuses harjutuskavasid, liikumismänge ja tantse liikumisoskuste arendamiseks.

- **Õpilaste arengutasemetega arvestamine õppetegevuse kavandamisel ja läbiviimisel**

Kehalise kasvatuse aines toimub õppetegevus kolmel arengutasemel: I arengutase, II arengutase, III arengutase.

Samaealiste toimetulekuõppel õppivate õpilaste kogemused, võimed, oskused ja teadmised erinevad tingituna puude spetsiifikast ja kaasuvatest diagnoosidest.

Ühes klassis õppivad õpilased võivad olla kehalise kasvatuse aines erinevatel arengutasemetel.

Sageli erineb kindla õpilase arengutase ka kehalise kasvatuse aine raames valdkonniti. Näiteks õpilase hüppeoskused on III arengutasemel - õpilane õpib hoojooksuga kaugushüpet, ujumisoskused I arengutasemel - õpilane kohaneb veega.

Õppetegevuse kavandamisel ja läbiviimisel lähtutakse iga konkreetse õpilase kogemustest, võimetest, oskustest ja teadmistest. Õpilane jõuab järgmisele arengutasemele erinevates kehalise kasvatuse aine valdkondades vastavalt individuaalsele arengu tempole.

- **Positiivne ja turvaline keskkond tegutsemiseks. Piiride kehtestamine**

Kehalise kasvatuse tundides on õpikeskkonnal, sh positiivsetel suhetel õpetaja ja õpilase vahel, väga oluline kui mitte määrav roll. Toimetulekuõppe õpilane õpib siis, kui ta on sisemiselt motiveeritud ja tahab tegutseda. Oluline on, et õpetaja usuks õpilase võimetusse ja suunaks õpilast järjepidevalt liikumistegevustes osalema. Oluline on protsessis osalemine ja tegevustest positiivse tagasiside ja eduelamuse saamine.

Turvalise õpikeskkonna saavutamiseks on oluline seada õpilastele kindlad kokkuleppelised piirid, mille raames õpetaja suunamisel tegutseda.

- **Kehaliste võimete arendamine mänguliste harjutuste ja liikumismängude kaudu. Teadlik harjutamine**

Toimetulekuõppel õppiva lapse vaimne vanus vastab eakohase arenguga koolieeliku vaimsele vanusele. Kuna koolieelses eas on mäng lapse põhitegevus, siis kasutatakse kehalise kasvatuse tundides nooremate ja madalamal arengutasemel olevate õpilastele motiveeriva õpikeskkonna loomiseks mängulist tegevust. Vanemate ja kehaliselt võimekamate õpilaste puhul saab õpilasi suunata kehalisi võimeid teadlikult arendama, näiteks tegelema kindla spordialaga harrastusena.

- **Liikumisoskuste kujundamine läbivalt kooliaja jooksul. Õpitud oskuste ülekandmine elulistesse olukordadesse**

Õpilaste liikumisoskusi kujundatakse läbivalt terve kooliaja jooksul. Järjepideva tegevuse tulemusel arenevad õpilastel oskused liikuda eri tingimustes ja keskkondades. Oluline on rakendada kehalise kasvatuse tunnis omandatud oskusi väljaspool õppetundi, nt liikumispauside ajal, aktiivsetes vahetundides, õppekäikudel, matkadel jms.

## 6.2 Teema: Tervis ja kehalised võimed

### 6.2.1 Õpitulemused

| Tervis ja kehalised võimed                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| I arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | II arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | III arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Õpilane:<br><br>1) jälgib harjutuse ette näitamist enda või teise keha peal ning seda saatvat verbaalselt ja/või alternatiivselt esitatud juhendit;<br>2) sooritab koostegevuses ja/või eeskuju järgi lihtsamaid keha- ja ruumitunnetuse harjutusi;<br>3) teeb koostegevuses ja/või eeskuju järgi lihtsamaid rühi- ja tasakaaluharjutusi;<br>4) sooritab koostegevuses erisuunalisi liigutusi ja liigutuste ahelat;<br>5) sooritab koostegevuses ja/või eeskuju järgi lihtsamaid kõnni- ja jooksuharjutusi; käib ja/või jookseb võimetekohases tempos jõukohast distantsti;<br>6) osaleb lihtsates liikumismängudes;<br>7) võtab osa klassi ja kooli spordiüritustest;<br>8) toitub koostegevuses tervislikult, on valmis proovima uusi toite. | Õpilane:<br><br>1) jälgib harjutuse ette näitamist ning seda saatvat verbaalselt ja/või alternatiivselt esitatud juhendit;<br>2) sooritab õpitud keha- ja ruumitunnetusharjutusi iseseisvalt;<br>3) sooritab õpitud rühi- ja tasakaaluharjutusi iseseisvalt erinevate vahenditega ja erinevatel võimlemisriistadel;<br>4) sooritab juhendamisel / juhendi järgi erisuunalisi liigutusi vastavalt liigutuste ahelale;<br>5) sooritab õpitud kõnni- ja jooksuharjutusi iseseisvalt, kõnnib/jookseb erinevatel maastikel jõukohast distantsti;<br>6) osaleb erinevates võistlummängudes, võtab osa spordivõistlustest koolis ja väljaspool;<br>7) kasutab suunatult mõõtevahendeid praktilises tegevuses, mõõdab enda kehalisi võimeid koostegevuses õpetajaga;<br>8) järgib suunamisel tervisliku toitumise põhimõtteid;<br>9) teab liikumise tähtsust inimese tervisele. | Õpilane:<br><br>1) jälgib harjutuse verbaalselt ja/või alternatiivselt esitatud juhendit ja täidab seda;<br>2) sooritab varieeruvates tingimustes keha- ja ruumitunnetusharjutusi iseseisvalt, paaris või rühmas;<br>3) sooritab lihtsamaid kombineeritud rühi- ja tasakaaluharjutusi erinevate vahenditega ja erinevatel võimlemisriistadel;<br>4) sooritab mälule toetudes liigutuste ahelat;<br>5) sooritab varieeruvates tingimustes kõnni- ja jooksuharjutusi; kõnnib/jookseb erinevatel maastikel ja eri aastaegadel eri pikkusega distantse;<br>6) mängib lihtsustatud reeglite järgi õpitud sportmänge, suudab kinni pidada õpitud mängureeglitest;<br>7) võtab osa üleriigilistest spordivõistlustest;<br>8) mõõdab enda kehalisi võimeid õpetaja juhendamisel õpitud mõõtevahenditega;<br>9) teab ja järgib tervisliku eluviisi põhimõtteid. |

### 6.2.2 Õppesisu

#### Tervis ja kehalised võimed

Kehalisi võimeid arendavates mängudes ja harjutustes osalemine.

Kehaliste võimete (koordinatsioon, osavus, tasakaal, kiirus, painduvus, reaktsioon, jõud, vastupidavus, tasakaal) arendamine toimub mänguliste harjutuste ja liikumismängude kaudu.

Erinevate tegevuste kaudu kujuneb õpilasel arusaamine enda kehapildist ja ta õpib tunnetama enda võimeid.

| I arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | II arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | III arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                              |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Kehatunnetust ja ruumitaju arendavad harjutused. Oma keha tajumine. Kehaosad.</p> <p>Rütmi tekitamine kehapillil. Rütmiharjutused liisusalmide saatel. Stopp-liikumine koostegevuses.</p> <p>Mängulised liikumisharjutused. Õpetaja tegevuse matkimine. Harjutused peegli ees. Tähelepanu- ja matkimismängud. Harjutused erinevate vahenditega.</p> <p>Lihtsad liikumisrajad.</p> <p>Kiirust, reaktsiooni, vastupidavust arendavad mängud: erinevad kullimängud jms.</p> <p>Vaba liikumine muusika saatel.</p> <p>Kiikumine, ronimine ja liulaskmine mänguväljakul.</p> <p>Matkad kooli lähiümbruses.</p> | <p>Liikumisharjutused ja lihtsad võimlemiskavad.</p> <p>Liikumismängud ja lihtsustatud reeglitega sportmängud. Stopp-liikumine liikumismängudes. Vahendite kasutamine liikumis- ja sportmängudes. Liikumisradade läbimine. Tasakaaluradade läbimine.</p> <p>Vaba tants.</p> <p>Mängu- ja spordiväljakute suunatud kasutamine.</p> <p>Matkad linnaruumis ja looduses. Lihtsad orienteerumismängud.</p> | <p>Võimlemisharjutuste ettenäitamine, lihtsate võimlemiskavade koostamine kasutades erinevaid vahendeid.</p> <p>Liikumis- ja sportmängud.</p> <p>Tantsukavades osalemine.</p> <p>Spordiväljakute kasutamine.</p> <p>Matkad ja orienteerumismängud linnaruumis ja looduses.</p> |

### Kehaliste võimete mõõtmine

Koostegevuses õpetajaga toimub kehaliste võimete mõõtmine ja tulemuste seostamine tervisega.

| I arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                          | II arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                          | III arengutasemel                                                                                                                                                                                                                  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Osalemine klassi- ja kooli spordiüritustel.</p> <p>Koostegevuses õpetajaga kaaslasele spordiüritustel kaasaelamine, ergutamine.</p> <p>Praktilises tegevuses ja passiivses ning aktiivses kasutuses mõisted <i>kiire-aeglane</i>, <i>kiirem-aeglasem</i>, <i>pikk-lühike</i>, <i>pikem-lühem</i>.</p> | <p>Klassi- ja kooli sportlikel üritustel, sh võistlustel osalemine.</p> <p>Tulemuste mõõtmine mõõdupulgaga, sammudega. Mõõtmise tulemuste sõnastamine arvuga.</p> <p>Saavutatud tulemuste võrdlemine koostegevuses õpetajaga ja seostamine tervisega.</p> | <p>Spordivõistlustel osalemine.</p> <p>Tulemuste mõõtmine kasutades õpitud mõõtvahendeid ja pikkus- ning ajaühikuid.</p> <p>Oskus seostada saavutatud tulemusi enda tervisliku seisundi ja liikumisharjumuse, sh treeningutega</p> |

### Liikumise ja toitumise mõju tervisele

Tervisliku toitumisharjumuse kujundamine. Teadliku liikumisharjumuse kujundamine.

| I arengutasemel                                                                                                                                                    | II arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | III arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Tervisliku ja mõõduka toidukogusega harjutamine. Toidu valiku laiendamine.<br><br>Sportlikes tegevustes, sh liikumismängudes, jalutuskäikudel, matkadel osalemine. | Tervislike eluviiside suunatud järgimine ja kahjulikest harjumustest hoidumine.<br><br>Tervislik ja ebatervislik toit, nende eristamine, valik. Toidupüramiidi järgi söomisharjumuste jälgimine. Tervisliku toidutaldriku koostamine näidise alusel.<br><br>Liikumise ja puhkuse vaheldumine. Päevarežiimi vajadus ja selle hoidmine. Liikumispausides osalemine. Suunatud liikumisharjumuse kujundamine. | Tervislik toitumine: toidupüramiid, toidukorrad – ja kogused, söömiskultuur.<br><br>Taimne toit ja loomne toit. Mitmekülgne toit. Vitamiinivajadus.<br><br>Ülekaalulisus ja rasvumine – nende ohud ja ennetamise võimalused.<br><br>Tervislike eluviiside järgimine. Tutvumine erinevate sportimisvõimalustega, sport kui harrastus. |

### 6.2.3 Õppetöö läbiviimine

- **Tervis ja kehalised võimed olulisus**

Liikumisharjumusel ja tervislikul toitumisel on inimese tervisele väga oluline mõju. Positiivne suhtumine liikumistegevustesse, igapäevase liikumisharjumuse kujunemine ja suunatult teadlik toitumine parandavad õpilaste elukvaliteeti nii kooli- kui täiskasvanueas.

Tervisega seotud kehalised võimed nagu aeroobne vastupidavus, jõud ja painduvus ning tervislik toitumine on otseselt seotud inimese tervisega tema eluea jooksul. Heal tasemel tervisega seotud kehalised võimed aitavad toime tulla igapäevaste eluliste tegevustega.

Valdkonna eesmärk on aidata kaasa õpilaste kehalise võimekuse paranemisele teadlikkuse tõstmise kaudu.

- **Kehaliste võimete mõõtmine**

Õpilased ja lapsevanemad saavad tagasisidet õpilase kehaliste võimete kohta kehaliste võimete mõõtmise kaudu. Kehalisi võimeid mõõdetakse ning analüüsitakse viisil, mis toetab õpilase motivatsiooni end arendada. Mõõtmistulemused aitavad püstitada eesmärged edasisteks liikumistegevusteks. Kehaliste võimete mõõtmine toimub kehalise kasvatus tundides õpetaja ja õpilaste koostegutses rakendades õpilastel olemasolevaid matemaatikaalaseid teadmisi vastavalt iga õpilase arengutasemele matemaatika aines.

- **Kehaliste võimete arendamine mänguliste harjutuste ja liikumismängude kaudu**

Kehaliste võimete arendamine toimub mänguliste harjutuste ja liikumismängude kaudu.

- **Osalemine liikumis- ja spordiüritustel ning võistlustel**

Õpilased osalevad nii koolis kui väljaspool kooli toimuvatel liikumis- ja spordiüritustel ning võistlustel osalejate ja pealtvaatajatena.

Oluline on anda võistlustel osalemiskogemusi ka kehaliselt vähem võimekamatele õpilastele.

## 6.3 Teema: Kehaline aktiivsus

### 6.3.1 Õpitulemused

| I arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                        | II arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | III arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Õpilane:<br><br>1) osaleb lihtsates liikumismängudes, võtab osa klassi ja kooli liikumis- ja spordiüritustest;<br>2) märkab suunamisel enesetunde muutusi liikumisel, annab õpitud viisil muutustest märku;<br>3) järgib koostegevuses liikumisalaseid ohutusreegleid. | Õpilane:<br><br>1) osaleb erinevates võistlusmängudes, võtab osa spordivõistlustest koolis ja väljaspool;<br>2) tegeleb suunamisel spordi kui harrastusega;<br>3) teadvustab suunamisel ja annab märku sportimisel tekkivatest muutustest enesetundes;<br>4) märkab suunatult ohtlikke olukordi sportimisel ja väldib neid;<br>5) märkab liikumisel ja sportimisel enda abivajadust ja annab sellest märku. | Õpilane:<br><br>1) teab, et igapäevane liikumisharjumus on inimese tervise seisukohalt väga oluline, tegeleb spordi kui harrastusega;<br>2) mängib lihtsustatud reeglite järgi õpitud sportmänge, suudab kinni pidada õpitud mängureeglitest, võtab osa üleriigilistest spordivõistlustest;<br>3) jälgib enesetunnet sportimisel ja tegutseb vastavalt enesetundele;<br>4) märkab ja väldib ohtuolukordi sportimisel;<br>5) märkab liikumisel ja sportimisel enda ja kaaslase abivajadust, pakub ja kutsub abi. |

### 6.3.2 Õppesisu

#### Kehaline aktiivsus

**Igapäevane kehaline aktiivsus.** Läbi mängu kujundatakse lastes positiivset suhtumist liikumisse. Kujundatakse igapäevast liikumisharjumust.

| I arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                             | II arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                            | III arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Igapäevase õppetegevuse osana koostegevuses liikumismängudes, jalutuskäikudel, matkadel osalemine.<br><br>Liikumispausid koolipäeva osana. Vahetundides, sh õuevahetundides läbiviidavates liikumistegevustes koostegevuses osalemine.<br><br>Sport kui harrastus. Liikumisingides koostegevuses osalemine. | Igapäevase õppetegevuse osana suunamisel liikumis- ja sportmängudes, jalutuskäikudel, matkadel osalemine.<br><br>Liikumispausid koolipäeva osana. Vahetundides, sh õuevahetundides läbiviidavates liikumistegevustes osalemine.<br><br>Sport kui harrastus. Liikumis- ja spordiringides suunatud osalemine. | Igapäevase õppetegevuse osana liikumis- ja sportmängudes, jalutuskäikudel, matkadel osalemine.<br><br>Liikumispausid koolipäeva osana. Vahetundides, sh õuevahetundides iseseisvalt liikumistegevuste otsimine, kaaslase kaasamine liikumistegevustesse.<br><br>Sport kui harrastus. Vaba aja sisustamine sportlike tegevustega. Koolis või väljaspool kooli toimuvatel treeningutel osalemine. |

**Enesetunne liikumisel.** Märkab enesetunde muutust vastavalt liikumistegevusele.

| I arengutasemel                                                                                                                                                                                                 | II arengutasemel                                                                                                                                      | III arengutasemel                                                                                                                        |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Liikumine koostegevuses täiskasvanuga.<br><br>Õpilase tähelepanu juhtimine enesetunde muutustele liikumisel: väsimus hingeldamine jms. Vajadusel liikumistegevusse pausi tegemine, liikumistegevuse lõpetamine. | Osalemine liikumis- ja spordimängudes.<br><br>Enda enesetunde suunatud teadvustamine liikumisel ja sportimisel. Märku andmine muutustest enesetundes. | Sportlike tegevuste harrastamine koolis ja vabal ajal.<br><br>Enda enesetunde jälgimine sportimisel. Tegutsemine vastavalt enesetundele. |

**Ohtliku olukorra märkamine sportimisel ja abi kutsumine.** Ohtude teadvustamine sportimisel, ohtliku olukorra märkamine ja abi kutsumine.

| I arengutasemel                                                                                                     | II arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                      | III arengutasemel                                                                                                                                                                                                             |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Koostegevuses liikumisalaste ohutusreeglite järgimine.<br><br>Täiskasvanu korralduste järgimine ohtlikus olukorras. | Verbaalsel suunamisel sportimisalaste ohutusreeglite järgimine.<br><br>Ohtlike olukordade suunatud märkamine ja vältimine.<br><br>Enda abivajaduse märkamine liikumisel ja sportimisel ja abi palumine/ kutsumine.<br><br>Lihtne esmaabi koostegevuses täiskasvanuga. | Õpitud sportimisalaste ohutusreeglite järgimine.<br><br>Võimalike ohtlike olukordade märkamine ja vältimine.<br><br>Enda ja kaaslaste abivajaduse märkamine sportimisel. Abi pakkumine. Abi kutsumine.<br><br>Lihtne esmaabi. |

### 6.3.3 Õppetöö läbiviimine.

- Kehaline aktiivsus olulisus**  
Regulaarne kehaline aktiivsus on oluline tervise komponent. Tähtis on, et õpilane oleks sisemiselt motiveeritud osaleja õppeprotsessis nii kehaliselt kui vaimselt. Eesmärgiks on, et õpilane teadvustaks suunamisel kehalise aktiivsuse olulisust ja selle seost tervisega, õpiks jälgima enda enesetunnet igapäevases elus ja liikumistegevustes. Oskus märgata ohuolukordi sportimisel on oluline üle kanda igapäevasesse ellu.
- Liikumine igapäevastes tegevustes**  
Oluline on luua õpilastele võimalusi liikumistegevusteks terve koolipäeva vältel: liikumispausid tundides, aktiivsed vahetunnid, õuevahetunnid, õppekäigud jms.
- Kehalise aktiivsuse toetamine läbi mängulise tegevuse. Positiivne tagasiside**  
Kehalise aktiivsuse toetamine käib läbi motiveeriva mängulise tegevuse. Oluline on positiivne tagasiside, st liikumisrõõm tegevustest ning täiskasvanupoolne toetus.
- Sport kui harrastus. Vaba aja aktiivsuse toetamine**  
Koolis tegutsevate liikumisringide töösse tuleks kaasata kõik toimetulekuõppe õpilased. Oluline on arvestada õpilaste erinevate oskuste, võimete ja kehalise arenguga. Osa ringidest peaksid olema üldarendavad ja mängulised eesmärgiga kaasata tegevusse

erinevate eelduste ja oskustega õpilasi, anda neile positiivset liikumiskogemust ning seeläbi suunata teadlikumalt spordiga tegelema. Vastavalt õpilaste eelistustele ja võimetele saab avada koolis ka ühele spordialale keskendunud ringe või suunata õpilasi väljaspool kooli tegutsevatesse treeningrühmadesse.

- **Õpilaste kehalise aktiivsuse hindamine**

Kehalise kasvatuses tundides omandab õpilane jõukohased teadmised ja oskused tervislikust kehalisest aktiivsusest, millel põhineb eeldus olla kogu elu kehaliselt aktiivne. Õpilaste kehalise aktiivsuse hindamine toimub koostegEVuses täiskasvanuga nii tehnoloogiliste kui ka subjektiivsete vahendite kaudu. Õpilastega koostegEVuses saab koostada näiteks klassi liikumispassi, pidada liikumispäevikut, kavandada koolipäeva igapäevaselt liikumistegEVusi jms.

## 6.4 Teema: Liikumine ja kultuur

### 6.4.1 Õpitulemused

| I arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | II arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | III arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Õpilane:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) riietub suunamisel spordiriietesse ja täidab hügieeninõudeid;</li> <li>2) järgib koostegEVuses liikumisalaseid ohutusreegleid;</li> <li>3) kasutab edasiliikumisoskusi tuttavas keskkonnas, laulu- ja tantsumängudes;</li> <li>4) osaleb tantsu ja liikumisega seotud kultuuriüritustel pealtvaataja ja osalejana;</li> <li>5) jälgib harjutuse ette näitamist enda või teise keha peal ning seda saatvat verbaalselt ja/või alternatiivselt esitatud juhendit;</li> <li>6) sooritab koostegEVuses ja/või eeskuju järgi lihtsamaid keha- ja ruumitunnetuse harjutusi;</li> <li>7) teeb koostegEVuses ja/või eeskuju järgi lihtsamaid rühi- ja tasakaaluharjutusi;</li> <li>8) sooritab koostegEVuses erisuunalisi liigutusi ja liigutuste ahelat.</li> </ol> | <p>Õpilane:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) riietub iseseisvalt vastavalt ilmale ja tunni toimumise kohale, täidab hügieeninõudeid;</li> <li>2) märkab suunatult ohtlike olukordi sportimisel ja väldib neid;</li> <li>3) kasutab edasiliikumisoskusi eri keskkondades, harjutustes, liikumismängudes ja tantsus, koostöös paarilise ja rühmaga; avastab liikumisvõimalusi tantsu kaudu;</li> <li>4) osaleb tantsu ja liikumisega seotud kultuuriüritustel pealtvaataja ja osalejana;</li> <li>5) jälgib harjutuse ette näitamist ning seda saatvat verbaalselt ja/või alternatiivselt esitatud juhendit;</li> <li>6) sooritab õpitud keha- ja ruumitunnetusharjutusi iseseisvalt;</li> <li>7) sooritab õpitud rühi- ja tasakaaluharjutusi iseseisvalt;</li> <li>8) sooritab juhendamisel / juhendi järgi erisuunalisi</li> </ol> | <p>Õpilane:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) riietub liikumiseks sobilikult;</li> <li>2) teab ning järgib isiklikku hügieeni ja ohutusnõudeid;</li> <li>3) kasutab edasiliikumisoskusi eri keskkondades, harjutustes, liikumismängudes ja tantsus, rütmis ja muusika saatel, koostöös paarilise ning rühmaga; loob midagi liikumisega seotult;</li> <li>4) osaleb tantsu ja liikumisega seotud kultuuriüritustel pealtvaataja ja osalejana;</li> <li>5) jälgib harjutuse verbaalselt ja/või alternatiivselt esitatud juhendit ja täidab seda;</li> <li>6) sooritab varieeruvates tingimustes keha- ja ruumitunnetusharjutusi iseseisvalt, paaris või rühmas;</li> <li>7) sooritab lihtsamaid kombineeritud rühi- ja tasakaaluharjutusi.</li> </ol> |

|  |                                         |  |
|--|-----------------------------------------|--|
|  | liigutusi vastavalt liigutuste ahelale. |  |
|--|-----------------------------------------|--|

## 6.4.2 Õppesisu

### Liikumine ja kultuur

#### Isikliku hügieeni nõuded ja riietumine

Ohutusnõuded. Riietumine ja jalanõude valik vastavalt keskkonnale, ilmastikule ja liikumisviisile (spordialale, tantsule). Pesemis- ja riiete vahetamisoskuste ja -harjumuste kujundamine. Jalanõude paelte sidumine. Ohutu käitumine ja liikumine erinevates keskkondades.

| I arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | II arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | III arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Tutvumine hügieeninõuetega sportimisel.</p> <p>Koostegevuses tegevuse ja ilmaga sobivate spordirõivaste valimine. Iseseisev riietumine. Jalanõude jalga panemine, krõpskinniste sulgemine.</p> <p>Koostegevuses liikumisalaste ohutusreeglite järgimine koolis ja kooli lähiümbruses.</p> <p>Täiskasvanu korralduste järgimine ohtlikus olukorras.</p> | <p>Isikliku hügieeni suunatud jälgimine sportimisel. Iseseisev toimetulek peamiste hügieenitoimingutega. Raskuste korral abi palumine.</p> <p>Verbaalsel suunamisel tegevuse ja ilmaga sobivate spordirõivaste valimine ja riietumine. Jalanõude jalga panemine, sõlme sidumine.</p> <p>Verbaalsel suunamisel sportimisalaste ohutusreeglite järgimine.</p> <p>Ohtlike olukordade suunatud märkamine ja vältimine linnaruumis ja looduskeskkonnas.</p> <p>Enda abivajaduse märkamine liikumisel ja sportimisel ja abi palumine/kutsumine.</p> | <p>Toimetulek isikliku hügieeni nõuetega sportimisel.</p> <p>Tegevuse ja ilmaga sobivate spordirõivaste valimine ja riietumine. Jalanõude jalga panemine, lipsu sidumine.</p> <p>Õpitud sportimisalaste ohutusreeglite järgimine.</p> <p>Võimalike ohtlike olukordade märkamine ja vältimine liikumisel linnaruumis ja looduskeskkonnas.</p> <p>Enda ja kaaslaste abivajaduse märkamine sportimisel. Abi pakkumine. Abi kutsumine.</p> |

#### Liikumine tuttavas keskkonnas. Liikumine linnas ja looduskeskkonnas

Liikumine tuttavas keskkonnas, asukoha ja suuna määramine. Liikumistegevused erinevates keskkondades: maastikumängud, peitumis- ja otsimismängud. Liikumine lihtsa plaani ja kaardi järgi. Kooliümbruse ohutuse vaatlemine. Kooliteekonna ohutus, liikumisviiside mitmekesisus. Liikluseeskirjade järgimine liikudes tänaval. Erinevatel pinnastel ja reljeefidel liikumine. Liikumine tänaval, pargis, väljasõitudel matkaradadel, suusaradade.

| I arengutasemel                                                                                                                       | II arengutasemel                                                                                                                      | III arengutasemel                                                                                             |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Orienteerumismängud ruumis.</p> <p>Kõnd tasapinnal orientiiride järgi.</p> <p>Kõnd reljeefsel/erinevatest materjalidest rajal.</p> | <p>Orienteerumismängud kooli hoovis.</p> <p>Kõnd treppidest üles ja alla.</p> <p>Kõnd erinevatel maastikel. Jooks kallakust üles.</p> | <p>Orienteerumismängud kooli lähiümbruses</p> <p>Jooks/kõnd vahelduval maastikul erinevatel aastaaegadel.</p> |

|                                                                                        |                                               |                                               |
|----------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|-----------------------------------------------|
| Kõnd künkast ja treppidest üles ja alla.<br>Õppekäigud ja matkad kooli lähiümbrusesse. | Õppekäigud ja matkad linnaruumis ja looduses. | Õppekäigud ja matkad linnaruumis ja looduses. |
|----------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|-----------------------------------------------|

### Liikumisüritustel osalemine

Liikumisüritustel osalemine osalejana, pealtvaatajana. Tutvumine tantsu ja liikumisega seotud kultuuriürituste ja Eesti sportlastega.

| I arengutasemel                                                        | II arengutasemel                                                          | III arengutasemel                                                                                                          |
|------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Klassi ja kooli liikumisüritustel osalemine osaleja ja pealtvaatajana. | Kooli ja kogukonna liikumisüritustel osalemine osaleja ja pealtvaatajana. | Kooli ja kogukonna ning vabariiklikel liikumisüritustel osalemine osaleja ja pealtvaatajana.<br><br>Ausa mängu põhimõtted. |

### Loovuse arendamine liikumise kaudu. Liikumisvõimaluste avardamine tantsu kaudu.

Liikumisvõimaluste avastamine tantsu kaudu. Erinevad tantsud ja tantsumängud. Harjutuste ette näitamine kaaslastele, erinevate lihtsate liikumiste loomine üksi või kaaslastega.

| I arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                      | II arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | III arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Õpetaja tegevuse matkimine. Harjutused peegli ees. Tähelepanu- ja matkimismängud.<br><br>Rütmi tekitamine kehapillil.<br><br>Liikumine liisusalmide rütmis. Stopp-liikumine.<br><br>Harjutused paaris. Liikumine ravis, ringis.<br><br>Laulu- ja tantsumängud.<br><br>Vaba liikumine muusika saatel. | Rütmi plaksutamine vm kehapillil tekitamine.<br><br>Harjutused paaris ja rühmas. Liikumine ravis, ringis ja paarilisega kõrvuti ringjoonel.<br><br>Ringmängud. Eesti traditsioonilised laulumängud paarilise valimisega.<br><br>Lihtsamad tantsud õpitud tantsusammudega. Õigeaegne tantsu alustamine ja lõpetamine.<br><br>Vaba tants. | Liikumine rütmis, rütmi tekitamine.<br><br>Harjutused paaris ja rühmas.<br><br>Tantsukujundid rühmas ja liikumine nendes. Erinevad liikumised rütmi või muusika iseloomu vaheldumisel.<br><br>Laulumängud erinevates joonistes. 2–3-kombinatsioonilised lihtsamad paaritantsud. Korduvtuurilised eesti rahvatantsud ja keerukamad laulumängud. Erinevate rahvaste tantsud. Lastetantsud.<br><br>Tantsulise liikumise väljamõtlemine. Lihtsa tantsu loomine. |

### 6.4.3 Õppetöö läbiviimine

- Liikumine ja kultuuroolulisus**

Oluline on, et õpilased suunamisel mõistaksid, et liikumine on kultuuri osa. Õpilastele vahendatakse teadmisi liikumise ja kultuuri seostest nii koolikeskkonnas kui väljaspool toimuvate liikumiskogemuste kaudu. Õpilane saab ettekujutuse liikumis-, spordi- ja tantsutraditsioonidest.

- **Osalemine spordi- ja kultuuriüritustel**

Õpilastele pakutakse võimalusi osaleda liikumis-, spordi- ja tantsuüritustel osalejana ja pealtvaatajana.

- **Lihtsate liikumiste loomine. Loovtöö**

Õppetegevuse käigus arendatakse õpilaste loovust suunates neid enda tundeid ja mõtteid liikumise ja tantsu kaudu väljendama. Liikumiskavas või tantsus osalemine või selle koostegEVuses loomine võib olla toimetulekuõppel õpilase loovtööks.

## 6.5 Teema: Vaimne ja kehaline tasakaal

### 6.5.1 Õppesisust lähtuvalt lahtikirjutatud õpitulemused

| I arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                                                                                    | II arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | III arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                                                 |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Õpilane:</b><br><br>1) sooritab koostegEVuses ja/või eeskju järgi lihtsamaid sotsiaalset ja emotsionaalset arengut toetavaid harjutusi;<br>2) sooritab koostegEVuses ja/või eeskju järgi sirutus- ja lõdvestusharjutusi;<br>3) märkab suunamisel enda põhiemotsioone. | <b>Õpilane:</b><br><br>1) sooritab paaris õpitud sotsiaalset ja emotsionaalset arengut toetavaid harjutusi;<br>2) sooritab suunamisel õpitud sirutus- ja lõdvestusharjutusi;<br>3) tunneb ära oma põhiemotsioonid ja suunamisel reguleerib oma käitumist;<br>4) märkab ja tunneb ära kaaslaste põhiemotsioone, reageerib suunamisel neile sobivalt. | <b>Õpilane:</b><br><br>1) sooritab varieeruvates tingimustes sotsiaalset ja emotsionaalset arengut toetavaid harjutusi rühmas;<br>2) sooritab iseseisvalt sirutus- ja lõdvestusharjutusi;<br>3) kontrollib enamasti oma põhiemotsioone. |

### 6.5.2 Õppesisu

#### Vaimne ja kehaline tasakaal

Vaimset ja kehalist tasakaalu soodustavad tegevused. Sooritab õpetaja juhendamisel vaimset ja kehalist tasakaalu soodustavaid tegevusi. Vaimset ja kehalist tasakaalu toetavateks meelerahuharjutusteks on peamiselt keskendumis-, tähelepanelikkuse-, kehatunnetuse-, hingamis- ja venitusharjutused. Keskendumise- ja tähelepanuharjutuse erinevus on, et keskendumise harjutuse ajal keskendutakse ühele konkreetsele tegevusele ning tähelepanuharjutuse ajal ollakse vaatleja. Õpetaja juhendamisel erinevad kehatunnetusharjutused (lastejooga, lõdvestusharjutused tunni lõpus, lõõgastus- ja puudutustegevused). Tunnetustoa viibimine.

| I arengutasemel                            | II arengutasemel                           | III arengutasemel                          |
|--------------------------------------------|--------------------------------------------|--------------------------------------------|
| Tähelepanu- ja matkimismängud.             | Kehatunnetus- ja hingamisharjutused.       | Kehatunnetus- ja hingamisharjutused.       |
| Kehatunnetusharjutused.                    | Venitus-, sirutus- ja lõdvestusharjutused. | Venitus-, sirutus- ja lõdvestusharjutused. |
| Venitus-, sirutus- ja lõdvestusharjutused. |                                            |                                            |
| Tegevused tunnetustoa.                     |                                            |                                            |

### Emotsioonide märkamine ja reguleerimine

Õpetaja juhendamisel enda emotsioonide märkamine. Emotsioonidega toimetulemist soodustavate tegevustega tutvumine.

| I arengutasemel                                                                                                                                                                  | II arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | III arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                            |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Enda põhiemotsioonide suunatud märkamine liikumistegevuste käigus individuaalses töös ja rühmas.<br><br>Enda põhiemotsioonide reguleerimine koostevuses mängulise tegevuse abil. | Enda emotsioonide märkamine liikumistegevustes ja sportmängudes osaledes.<br>Oma tunnete suunamine ja väljendamine aktsepteeritaval viisil. Võit ja kaotus.<br><br>Emotsioonide juhtimine suunamisel: eemaldumine, hingamisharjutused, joonistamine, stressipall jms<br><br>Põhiemotsioonide märkamine ja äratundmine kaaslastel. | Enda emotsioonide märkamine ja reguleerimine vastavalt olukorrale. Võit ja kaotus.<br><br>Emotsioonide juhtimine erinevate õpitud tegevuste abil.<br><br>Kaaslaste emotsioonide märkamine ja neile reageerimine aktsepteeritaval viisil, kaaslase toetamine. |

#### 6.5.3 Õppetöö läbiviimine

- **Vaimse ja kehalise tasakaalu olulisus**

Õpilane omandab esmased teadmised ja oskused vaimse ja kehalise tasakaalu hoidmisest ja võimalustest reguleerida enda vaimset ja kehalist seisundit.

- **Lõiming ainetundidega. Iseseisvad tunnid**

Tegevused võivad olla lõimitud igasse tundi ühe väikese osana või käsitletud iseseisvas tunnis.

- **Keskendumisvõime toetamine**

Meelerahu- ja kehatunnetusharjutused toetavad keskendumisvõimet.

# RÜTMIKA

## 1. Rütmika aine õppetegevuse kirjeldus ja õpetuse eesmärgid

Rütmikas ühendatakse kehalisest kasvatuses tuttavad harjutused muusika ja rütmiga.

Rütmitunde aluseks on lihaste liigutustele tugineva korrapärase liikumise tunnetamine.

Muusika rütmiline külg organiseerib psüühikat. Liigutused muusika saatel ja rütmiline liikumine arendavad õpilaste füüsilisi võimeid, aktiveerivad psüühilisi protsesse, aitavad kaasa õpilaste enesetunnetuse kujunemisele, tõstavad meeleolu ning arendavad verbaalse ja mitteverbaalse suhtlemise oskusi.

Rütmikatunnis kasutatakse kehatunnetus-, kontakti- ja suhtlemisharjutusi, luuletusi, laulu- ja ringmänge, tantse ja pillimängu. Õpitud tantsude ja mängudega esinetakse üritustel.

Kujundatakse hügieeni- ja korraharjumusi.

## 2. Üldpädevuste kujundamine rütmika aines

Toimetulekuõppes käsitatakse pädevust kui võimetekohaste teadmiste, oskuste ja hoiakute kogumit, mis tagab suutlikkuse teatud tegevusalal või valdkonnas toime tulla. Rütmika aine õpetamine toetab õpilastel õppekava läbivate taotletavate kohandatud üldpädevuste kujunemist.

Rütmika soovituslikus ainekavas on õpitulemuste saavutamiseks kirjeldatud tegevusi neljas liikumisvaldkonnas:

- Keha- ja ruumitunnetus harjutused, rühi- ja tasakaaluharjutused.
- Koordinatsiooniharjutused.
- Sotsiaalset ja emotsionaalset arengut toetavad harjutused.
- Vaimne ja kehaline tasakaal.

Loetletud teemavaldkondade tegevuste lõimimise kaudu õppetegevuses ja igapäevaste tegevuste raames kujunevad õpilastel õppekava läbivad üldpädevused.

### Kultuuri- ja väärtuspädevus

Rütmiliste liikumistegevuste ja muusika kaudu õpivad õpilased tajuma ennast ja ümbritsevat keskkonda. Õpilastel kujuneb minapilt - arusaamine enda kehast ja erinevatest liikumisvõimalustest. Kaaslastega koos musitseerides, tantsides ning laulu- ja tantsumänge mängides areneb positiivne suhtumine iseendasse ja kaaslastesse. Õpilased tutvuvad Eesti ja teiste riikide rahva laulude ja -tantsudega.

### Sotsiaalne ja kodanikupädevus

Ühiselt tegutsedes õpivad õpilased arvestama enda isiklike huvisid ja rühma kui terviku huvisid. Liikumise ja muusikaga seonduvates elulistes ja mängulistes olukordades õpivad õpilased esialgu suunatult ning seejärel iseseisvalt käituma vastavalt situatsioonile ja kokkulepitud reeglitele, sh järgima mängureegleid, ootama enda järjekorda jms. Õpilased õpivad tajuma ja mõistma enda ja kaaslaste emotsioone ning enda käitumist vastavalt reguleerima.

### Enesemääratluspädevus

Ühiste liikumisega seonduvate ja muusikalis-rütmiliste tegevuste kaudu kujuneb õpilastel arusaamine iseendast ja kaaslastest. Õppides mõistma ja aktsepteerima enda ja kaaslaste

eripära kujuneb õpilastel positiivne suhtumine iseendasse ja kaaslastesse, samuti enda perekonda, klassi, kooli, kodumaasse. Liikumistegevuste raames õpivad õpilased märkama enda ja kaaslaste abivajadust, abi küsima ja seda pakkuma. Õpilasi suunatakse positiivse suhtumise läbi muusikalis-rütmilisse liikumisse järjepidevalt arendama enda tantsuoskusi ja tegelema tantsu kui harrastusega.

### **Õpipädevus**

Õpilasi kaasatakse võimetekohaselt muusikalis-rütmiliste liikumistegevuste kavandamisse. Laulu- ja tantsumängudes ning tantsudes osalemise kaudu õpivad õpilased täitma jõukohaseid ülesandeid nii individuaalselt kui rühmas tegutsedes.

### **Suhtluspädevus**

Suhtluspädevuse arengut toetavad muusikalis-rütmiliste liikumistegevuste käigus tekkivad elulised suhtlussituatsioonid. Õpilaste kõne ja/või alternatiivsete väljendusvahendite mõistmise ning oma soovide ja seisukohtade väljendamise arendamine toimub läbivalt rütmika tundide raames. Õpilased õpivad kuulama, mõistma ja järgima õpetajapoolseid juhiseid. Elulistes olukordades õpivad õpilased suhtlema kaaslastega, väljendama enda soove ja mõtteid, küsima ja pakkuma abi. Õpilaste suhtlusakte tuleb toetada ning suunata neid üha enam osalema vestlustes ja avaldama oma arvamust.

### **Matemaatika-, loodusteaduste ja tehnoloogia-alane pädevus**

Liikumisüritused looduskeskkonnas toetavad keskkonnateadliku käitumise kujunemist, õpilased õpivad märkama elus ja eluta loodust enda ümber ning seda hoidma.

### **Ettevõtlikkuspädevus**

Liikumist ja kultuuri väärtustavad õpilased on positiivse ellusuhtumisega ja valmis tegutsema. Tantsu kui harrastusega tegelemine distsiplineerib õpilasi ja toetab valmisolekut tegeleda järjepidevalt kindla tegevusega kuni eesmärgi saavutamiseni.

### **Digipädevus**

Rütmika aine õppimisel kasutatakse õpilastele arusaadavaid ja jõukohaseid infotehnoloogilisi vahendeid. Igapäevase õppetegevuse osana suhtlemisvõimaluste loomiseks kasutatakse vajadusel õpilase arengutasemele vastavat kommunikaatorit.

## **3. Rütmika aine lõiming õppekava läbivate teemadega**

Õppekava läbivad teemad on üld- ja valdkonnapädevuste ning erinevate õppeainete lõimingu vahendiks. Õppekava läbivaid teemasid arvestatakse toimetulekuõppel oleva õpilase eripärasid arvestava ning toimetulekuõppe metoodikast lähtuva kohandatud õppimist ja arengut toetava koolikeskkonna loomisel. Läbivad teemad on aineülesed ja käsitlevad ühiskonnas olulisi valdkondi, mis läbi kujuneb õpilasel ettekujutus ühiskonna kui terviku toimimisest ning arengust. Õpilasel kujuneb oskus vastavalt oma võimetele omandatud oskusi ja teadmisi elulis-praktilistes olukordades rakendada. Õppekava läbivad teemade käsitlemine toimub kõikides rütmika aine soovituslikes teemavaldkondades.

### **Elukestev õpe ja karjääri kujundamine**

Jõukohaste ja mänguliste muusikalis-rütmiliste liikumistegevuste kaudu toetatakse õpilaste huvi erilaadsetes tegevustes osalemise vastu. Kujuneb õpilaste positiivne suhtumine kaaslastesse, ümbritsevasse keskkonda ja tegutsemisse. Muusikalis-rütmiliste liikumistegevuste, sh tantsimise käigus arenevad koostööoskused. Õpilasi suunatakse tajuma ja mõistma enda võimeid. Kujunevad oskused ja harjumus eesmärgi saavutamiseks järjepidevalt ennast arendada. Õpilased arvestavad tegutsemisel kokkulepitud reeglitega, alluvad distsipliinile ja on valmis tegutsema eesmärgi saavutamise nimel.

## **Keskkond ja jätkusuutlik areng**

Teema käsitlemine toimub liikumis- ja muusikaliste tegevuste raames saadavate kogemuste kaudu nii looduses kui linnaruumis. Õpilastele mõistetavatest olukordadest lähtuvalt tutvustatakse loodushoiu ja inimeste jätkusuutliku tegutsemise põhimõtteid. Õpilased õpivad mõistma enda rolli ümbritsevas keskkonnas ning saavad praktilise tegevuse kaudu vastavalt võimetele aru, kuidas saab enda käitumise ja tegevusega mõjutada keskkonnaressursside kasutamist, nt kasutada looduslikest materjalidest valmistud pille, valmistada kostüüme ja maske olmejääkidest jms.

## **Kodanikualgatus ja ettevõtlikkus**

Kesksel kohal on võimetele vastava adekvaatse minapildi kujunemine. Ühiste muusikalis-rütmiliste liikumistegevuste kaudu õpivad õpilased teadvustama enda rolli kaasinimeste hulgas ja laiemalt ühiskonnas, kujunevad sõprussuhted. Laulu- ja tantsumänge mängides arenevad õpilaste koostööoskused. Liikumist ja muusikat väärtustav õpilane on positiivse ellusuhtumisega ja valmis tegutsema. Muusikalised ja tantsulised tegevused toetavad valmisolekut tegeleda järjepidevalt kindla tegevusega kuni eesmärgi saavutamiseni. Õppetöö raames osaletakse erinevatel liikumis- ja tantsuüritustel nii osalejate kui pealtvaatajatena.

## **Kultuuriline identiteet**

Kultuuriline identiteet kujuneb õpilastel kodu, kooli ja laiemalt ühiskonna pidevas koostöös. Rütmika tundides õpivad õpilased mängima Eesti traditsioonilisi laulumänge ja tantsima rahvatantse. Tutvutakse erinevate rahvaste tantsudega ja muusikaga. Erinevatel liikumis- ja muusikaüritustel on võimalik kohtuda teiste kultuuride esindajatega. Õpilastel kujuneb positiivne suhtumine nii Eesti kui teiste rahvaste kultuuripärandisse.

## **Teabekeskkond ja meediakasutus**

Õpilasi suunatakse ühe vaba aja veetmise võimalusena vaatama meediakanalite kaudu edastavaid muusika- ja tantsuüritusi jms. Õuesõppe raames või õppekäikudel suunatakse õpilasi märkama erinevaid infokandjaid, neid lugema, mõtestama ja vastavalt suunistele käituma.

## **Tehnoloogia ja innovatsioon**

Muusikalis-rütmilisi liikumisi, sh tantsu saab õppida videomaterjali vahendusel. Õpilaste liikumistegevusi on võimalik filmida hilisema analüüsimise või esitamise, nt tantsukavad, eesmärgil. Kui õpilane kasutab verbaalset kõnet toetavat või asendavat digivahendit, tuleb õpilast suunata seda järjepidevalt kasutama õppetegevuses. Kasutusel olevat AAC vahendit tuleb tutvustada kõikidele õpilasega tegelevatele täiskasvanutele ja kaasõpilastele.

## **Tervis ja ohutus**

Õpilased kogevad rütmika tundides jõukohaste muusikalis-rütmiliste liikumistegevuste kaudu liikumisrõõmu. Nad omandavad positiivse suhtumise nii muusikasse kui liikumistegevustesse. Õpilasi suunatakse jälgima enda enesetunnet nii igapäevaselt kui liikumistegevustes. Õpilasi suunatakse võimalikult adekvaatselt hindama enda võimeid, arvestama liikumisel kaastlastega jne. Õpilastel kujundatakse teadmised ja oskused enda ja teiste abivajaduse märkamiseks ning abi kutsumiseks.

## **Väärtused ja kõlblus**

Toimetulekuõppes on õpilaste õpimotivatsiooni tõstmise seisukohalt määrava tähtsusega õpilase ja õpetaja positiivne ühistegevus. Selleks, et õpilased väärtustaksid muusikat, tantsu ja liikumist laiemalt, peab õpetaja olema positiivse suhtumisega õpilastele eeskujuks. Rütmika tundides õpivad õpilased tundma iseennast, enda tugevaid ja nõrku külgi. Õpilastel kujunevad ühiste tegevuste käigus suhtlemisoskused, aktsepteeritavad väärtushinnangud ja käitumismustrid.

## 4. Rütmika aine lõiming teiste õppeainetega

Oma keha tajumine ruumis ja emotsionaalse seisundi määratlemine, on mõned oskustest milliste omandamiseks toimetulekuõppe õpilased vajavad suunamist ja abistamist. Heaks võimaluseks on loominguiline, rahulik, kriitikavaba ja turvaline keskkond, kus õpilane saab tunnetada ennast ja ühineda oma sisemaailmaga. Rütmika aine raames on ühendatud füüsilised ja loominguilised tegevused tänu millele tekib õpilasel enda tunnetamiseks sobilik keskkond. Rütmika aine raames saab õpetada esmaseid emotsionaalse seisundi märkamise ja reguleerimise võtteid, millele õpilased saavad toetuda igapäevastes elulistes olukordades.

### Rütmika ja elu- ja toimetulekuõpe

Rütmikas saab muusika, rütmi ja liikumise läbi toetada elu- ja toimetulekuõppe teemade omandamist. Erinevate liikumismängude, tantsude jms abil kujuneb õpilasel minatunnetus ja enda kehataju, arenevad koostööoskused ja sõprussuhted. Rahvuslike liikumismängude ja rahvatantsude abil saab kujundada õpilastel arusaamist Eesti rahvuspärandist ning toetada aja kulgemise mõistmist läbi vana aja lugude.

### Rütmika ja emakeel

Igapäevase suhtlemise arengut toetavad rütmikatundide käigus tekkivad elulised suhtlussituatsioonid. Õpilaste kõne ja /või alternatiivsete väljendusvahendite mõistmise ning oma soovide ja seisukohtade väljendamine toimub läbivalt rütmika tundide raames. Muusikalis-rütmiliste tegevuste käigus suunatakse õpilasi jälgima, mõistma ja täitma õpetaja juhiseid. Elulistes olukordades õpivad õpilased suhtlema kaaslastega, väljendama enda soove ja mõtteid, küsima ja pakkuma abi. Õpilaste suhtlusakte tuleb toetada ning suunata neid üha enam osalema vestlustes ja avaldama oma arvamust. Õpilased osalevad rütmisalmide lugemisel, liisutamisel, rahvalaulude laulmisel jms.

### Rütmika ja matemaatika

Rütmika aines käsitletavat teemasid ja läbiviidavad tegevused toetavad matemaatiliste teemade omandamist. Erinevate liikumismängude, tantsude jms abil kujuneb õpilastel minatunnetus ja enda kehataju, areneb arusaamine ruumisuhetest. Õpilased õpivad moodustama erinevaid tantsujooniseid, liikuma ravis, ringjoonel. Õpilased õpivad tunnetama, tajuma ja taasesitama erineva pikkusega rütmi, kuulama ja esitama muusikapalu ja laule. Kujuneb arusaamine aja kulust, mõistetest *pikk- lühike*.

### Rütmika ja kunst ja käeline tegevus

Nii muusikalis-rütmilised liikumistegevused kui kunstilised tegevused loovad võimaluse loominguiliseks eneseväljenduseks, areneb õpilaste loovus. Rütmika tundides saavad õpilased kasutada kunsti ja käelise tegevuse raames meisterdatud rütmipille. Rütmipille mängides õpivad õpilased tajuma enda keha, areneb rütmitunne. Rütmikatundides õpitud liikumiskavade juurde saab kunsti ja käelise tegevuse tundides meisterdada kostüüme, maske, loovad dekoratsioone jms.

### Rütmika ja tööõpe

Muusikalis-rütmiliste liikumistegevuste kaudu areneb õpilastel kehataju ja kujuneb arusaamine enda kehapiildist. Õpilased õpivad vastavalt võimetele hindama enda võimeid. Liikumis-, laulu- ja tantsumänge mängides õpivad õpilased koostööoskusi, mõistma enda ja teiste emotsioone ja vastavalt käituma. Loetletud oskused on oluliseks eelduseks lihtsa töö tegemise õppimiseks. Samas tööõppe aine raames omandatavad tööoskused eeldavad teatavaid liikumisoskusi, vastupidavust ja jõudu.

### Rütmika ja kehaline kasvatus ja muusika

Rütmika, kehalise kasvatus ja muusika õpetamine on tihedalt lõimunud. Liisutamise ja

erinevate muusikapalade saatel toimuvad rütmiharjutused. Liikumismängud on sageli muusika ja laulu saatel, samuti tantsimine. Tegevused on suunatud oma keha ja emotsioonide tajumisele ning lõdvestusharjutuste praktiseerimisele.

## 5. Rütmika aine rõhuasetused

| I arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | II arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                         | III arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Kujundatakse õpilastel oskust kuulata, jälgida, matkida, mõista ja täita lihtsamaid korraldusi laulu- ja ringmänge õppides.</p> <p>Õpilasi õpetatakse tunnetama oma keha ja liigutusi, arendatakse ruumitaju.</p> <p>Õpetatakse oma liikumist ja liigutuste rütmi kohandama saatelugemisele ja muusikale.</p> <p>Harjutusi õpitakse koostegEVuses, matkides / eeskuju järgi.</p> | <p>Kujundatakse praktilisi koostööoskusi laulu- ja tantsumänge mängides.</p> <p>Õpilasi suunatakse kontrollima oma kehaasendit.</p> <p>Õpitakse erisuunalisi liigutusi ja eri kehaosade liigutuste koordineerimist.</p> <p>Õpitud harjutusi sooritatakse vähesel suunamisel võimalikult iseseisvalt.</p> | <p>Õpitakse tantsima lihtsaid tantse ja pidudel õpitud viisil käituma.</p> <p>Liikumiskavade õppimisel arvestatakse õpilaste muusika-eelistustega.</p> <p>Kujundatakse oskust ja harjumust iseseisvalt kontrollida oma keha asendit ja liigutusi.</p> <p>Sooritab õpitud harjutusi iseseisvalt erineva muusika järgi.</p> |

## 6. Rütmika aine õpitulemused, õppesisu ja õppetöö läbiviimine

### 6.1 Teema: Keha- ja ruumitunnetusharjutused, rühi- ja tasakaaluharjutused

#### 6.1.1 Õppesisust lähtuvalt lahtikirjutatud õpitulemused

| Keha- ja ruumitunnetusharjutused, rühi- ja tasakaaluharjutused                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| I arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | II arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | III arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <p>Õpilane:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) sooritab koostegEVuses ja/või eeskuju järgi lihtsamaid keha- ja ruumitunnetuse ning rühi- ja tasakaaluharjutusi;</li> <li>2) sooritab koostegEVuses erisuunalisi liigutusi ja liigutuste ahelat;</li> <li>3) osaleb koostegEVuses lihtsamates õpitud ring-, laulu- ja tantsumängudes;</li> <li>4) liigub roomates, põlvedel ja neljakäpukil;</li> </ol> | <p>Õpilane:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) sooritab iseseisvalt õpitud ja jõukohaseid keha- ja ruumitunnetuse ning rühi- ja tasakaaluharjutusi;</li> <li>2) sooritab juhendamisel / juhendi järgi erisuunalisi liigutusi ahelas;</li> <li>3) tunneb ära õpitud harjutusi ja tegevusi saatva muusika;</li> <li>4) liigub kooskõlas muusikaga;</li> <li>5) sooritab õpitud kehatunnetusharjutusi eeskuju järgi ning</li> </ol> | <p>Õpilane:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) sooritab rühi- ja tasakaaluharjutusi vajalikus rütmis ja tempos;</li> <li>2) sooritab iseseisvalt õpitud tantsusamme, oskab ette näidata lihtsamaid tantsuliigutusi;</li> <li>3) improviseerib tantsu muusika järgi;</li> <li>4) oskab tantsule paluda, tantsu lõpetada.</li> <li>5) teab rütmikatunni ülesehitust ja harjutuste järjekorda;</li> </ol> |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                         |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 5) kõverdab ja sirutab käsi, pigistab rusikasse, plaksutab;<br>6) sooritab kehatunnetusharjutusi koostegevuses, imiteerimise, näidise, instruksiooni (verbaalne/alternatiivsete vahenditega) järgi;<br>7) rivistumine kelkudega;<br>8) rütmiline kõnd vahendiga lumes;<br>9) rütmiline jook lumes;<br>10) kujundliikumine;<br>11) kaaslase vedamine kelgul kujundliikumises;<br>12) nõlvakust ronimine koos vahendiga lumes;<br>13) nõlvakust kelguga allalaskmine, pikima liu hindamine;<br>14) vahendite toomine ja viimine, nende korrashoiu ja ohutuse õppimine. | vajalikus rütmis ja tempos.<br>6) rivistumine kelkudega ;<br>7) kaaslase vedamine kelgul kujundliikumises;<br>8) nõlvakust ronimine koos vahendiga lumes;<br>9) nõlvakust kelguga allalaskmine, pikima liu hindamine;<br>10) vahendite toomine ja viimine, nende korrashoiu ja ohutuse õppimine. | 6) teab oma kohta tantsulises liikumises;<br>7) suudab rahuldavalt sooritada täpseid liigutusi nõudvaid tantsulisi tegevusi;<br>8) oskab järgida koostegemise reegleid. |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

### 6.1.2 Õppesisu

| Keha- ja ruumitunnetusharjutused, rühi- ja tasakaaluharjutused                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| I arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | II arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | III arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| lgapäevased tegevused.<br><br>Harjutused peegli ees kehahoiu korrigeerimiseks.<br><br>Harjutused sensoorteraapia- ja füsiorullpallidega.<br><br>Kiikumisharjutused. Kükitamine, kägarasend ja selles kiikumine.<br><br>Käte kõverdamine ja sirutamine, plaksutamine, rusikasse surumine ja avamine, kehaosade puudutamine. Sõudmine istuvas asendis.<br><br>Rütmilised harjutused käte ja õlgadega. | Enda veeretamine.<br><br>Harjutused erinevate vahenditega: võimlemiskepid, pallid, hüpits.<br><br>Kõnd võimlemispingil. Põlve- ja sääretõstekõnd, tagurpidi kõnd. Kombineeritud harjutused kõnni- ja jooksusammudega. Stopp- liikumine mängudes.<br><br>Ronimine kaldpingil. Ronimine mänguväljaku redelitel, tasakaaluradadel.<br><br>Kombineeritud hüpped: hüpped ühel jalal, rōngast rōngasse, hüpped batuudil. | Tasakaalu arendavad liikumismängud.<br><br>Põlve- ja sääretõstejooks. Jooks suuna muutmisega. Liikumine joonel ja pingil kasutades erinevaid kõnni- ja jooksusamme. Kombineeritud harjutused kõnni- ja jooksusammul. Stopp-liikumine harjutuskava osana.<br><br>Ronimine mänguväljaku redelitel, tasakaaluradadel, Slackline lindil. Ronimine ronimisseinal.<br><br>Hüpped üle takistuste, hüplemine hüpitsaga. |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Roomamine käsi ja jalgu liigutades. Põlvedel ja neljakäpakil liikumine.</p> <p>Kõnd tasapinnal orientiiride järgi. Kõnd reljeefsel/erinevatest materjalidest rajal. Erinevate kõnnakute matkimine kindlas rütmis.</p> <p>Stopp- liikumine koostegevuses.</p> <p>Takistustest üleronimine. Varbseinal ronimine. Ronimine mänguväljaku treppidel ja redelitel.</p> <p>Ruunitaju arendavad harjutused: liikumine ravis, ringis.</p> <p>Kontaktliikumise harjutused, harjutused rütmi ja liisusalmide saatel.</p> <p>Liikumine muusika saatel.</p> | <p>Lihtsamate tantsuliigutuste matkimine.</p> <p>Liikumise kiirendamine ja aeglustamine; liikumissuuna muutmine.</p> <p>Liikumismängud.</p> <p>Venitus-, sirutus- ja lõdvestusharjutused.</p> | <p>Kombineeritud rütmilised harjutused erinevate vahenditega.</p> <p>Rütmi-improvisatsioonid.</p> <p>Tantsusammude valik muusika järgi.</p> <p>Õpitud lihtsamate tantsuliigutuste esitamine.</p> <p>Iseseisva-, paaris- ja rühmatantsu erinevused. Teistega koos tantsimine.</p> <p>Varem õpitud harjutuste/ tantsuliigutuste meenutamine ja esitamine.</p> <p>Venitus-, sirutus- ja lõdvestusharjutused.</p> |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## 6.2 Teema: Koordinatsiooniharjutused

### 6.2.1 Õppesisust lähtuvalt lahtikirjutatud õpitulemused

| Koordinatsiooniharjutused                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                            |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| I arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | II arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | III arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                          |
| <p>Õpilane:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) osaleb koostegevuses rivi ja ringjoone moodustamisel;</li> <li>2) õpib märkama oma kohta harjutuste sooritamisel;</li> <li>3) liigub erineva rütmiga ja tempoga muusika saatel;</li> <li>4) liigub ringis;</li> <li>5) tunneb ära erinevate harjutuste ja tegevustega kaasnevat muusikat.</li> </ol> | <p>Õpilane:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) teab oma kohta ravis ja ringjoonel ning suudab seda hoida tantsimisel, harjutuste sooritamisel;</li> <li>2) tunneb ära õpitud harjutusi ja tegevusi saatva muusika;</li> <li>3) liigub kooskõlas muusikaga;</li> <li>4) sooritab õpitud koordinatsiooniharjutusi eeskuju järgi ning vajalikus rütmis ja tempos.</li> </ol> | <p>Õpilane:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) osaleb juhendamisel erinevate tantsujooniste moodustamisel;</li> <li>2) improviseerib tantsu muusika järgi;</li> <li>3) sooritab koordinatsiooniharjutusi vajalikus rütmis ja tempos.</li> </ol> |

## 6.2.2 Õppesisu

| Koordinatsiooniharjutused                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| I arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | II arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | III arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <p>Erinevad liikumisviisid: kõnd, jook, hüplemine.</p> <p>Sulghüpe. Harki - kokku hüplemine</p> <p>Erineva rütmi ja tempoga liikumine.</p> <p>Liikumine ringis.</p> <p>Lihtsama rivi moodustamine.</p> <p>Joone juures seismine.</p> <p>Rütmisalmide lugemine koos rütmiliste liigutustega: plaksutamine, patsutamine, trampimine.</p> <p>Koostegevuses koordinatsiooniharjutused erineva rütmi ja tempoga muusika saatel.</p> <p>Marssimine; tantsuelemendid.</p> | <p>Kõnd päkkadel ja kandadel, takistuste ületamine, tagurpidi kõnd.</p> <p>Käte ja jalgade samaaegsed harjutused.</p> <p>Hüppeharjutused paigal, jalad koos, harki-kokku hüpped, hüpped üle esemete. Kombineeritud hüpped: hüpped ühel jalal, hüpped rõngast rõngasse, hüpped batuudil jne.</p> <p>Harjutused väikeste pallidega, rõngaga.</p> <p>Eeskuju järgi koordinatsiooniharjutused erineva rütmi ja tempoga muusika saatel.</p> <p>Tantsuline liikumine.</p> | <p>Hüppeharjutused paigal ja liikumisel.</p> <p>Hüplemine hübitsaga.</p> <p>Külgsamm, galopp, juurdevõtusamm.</p> <p>Harjutused väikeste pallidega, kurikatega, lindiga, rõngaga.</p> <p>Koordinatsiooniharjutused erineva rütmi ja tempoga muusika saatel.</p> <p>Tantsu improviseerimine muusika saatel.</p> |

## 6.3 Teema: Sotsiaalset ja emotsionaalset arengut toetavad harjutused

### 6.3.1 Õppesisust lähtuvalt lahtikirjutatud õpitulemused

| Sotsiaalset ja emotsionaalset arengut toetavad harjutused                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| I arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | II arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | III arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <p>Õpilane:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) osaleb koostegevuses rivi ja ringjoone moodustamisel;</li> <li>2) õpib märkama oma kohta harjutuste sooritamisel;</li> <li>3) liigub erineva rütmiga muusika saatel;</li> <li>4) tunneb ära erinevate harjutuste ja tegevustega kaasnevat muusikat;</li> <li>5) osaleb koostegevuses lihtsamates õpitud ring-,</li> </ol> | <p>Õpilane:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) teab oma kohta rivi ja ringjoonel ning suudab seda hoida tantsimisel, harjutuste sooritamisel;</li> <li>2) tunneb ära õpitud harjutusi ja tegevusi saatva muusika; liigub kooskõlas muusikaga;</li> <li>3) osaleb laulu- ja tantsumängudes ning liikumiskavades;</li> </ol> | <p>Õpilane:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) osaleb juhendamisel erinevate tantsujooniste moodustamisel;</li> <li>2) sooritab iseseisvalt õpitud tantsusamme, oskab ette näidata lihtsamaid tantsuliigutusi;</li> <li>3) improviseerib tantsu muusika järgi;</li> <li>4) tantsib lihtsamaid rahva- ja seltskonnatantse;</li> <li>5) oskab tantsule paluda, tantsu lõpetada;</li> </ol> |

|                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                           |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|
| laulu- ja tantsumängudes;<br>6) esineb koostegevuses õpitud ringmängudega ühisüritustel;<br>7) sooritab sotsiaalset ja emotsionaalset arengut toetavaid harjutusi koostegevuses, imiteerimise, näidise, instruksiooni (verbaalne/alternatiivsete vahenditega) järgi. | 4) tunneb ära õpitud rahvatantsu ja tantsib seda kaasa;<br>5) esineb õpitud ring-, laulu- ja tantsumängudega ning liikumiskavadega kooli üritustel;<br>6) sooritab õpitud sotsiaalset ja emotsionaalset arengut toetavaid harjutusi eeskuju järgi ning vajalikus rütmis ja tempos. | 6) esineb õpitud rahva- ja seltskonnatantsude ning liikumiskavadega erinevatel üritustel. |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|

### 6.3.2 Õppesisu

| Sotsiaalset ja emotsionaalset arengut toetavad harjutused                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| I arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | II arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | III arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Harjutused peegli ees.<br><br>Õpetaja tegevuse matkimine.<br><br>Lindude ja loomade kõnnaku ja tegevuste matkimine.<br><br>Ring-, laulu- ja tantsumängud, tantsumängud muusikariistadega.<br><br>Kullimängud.<br><br>Harjutused langevarju, rätikute, lintide, erinevate pallide, kuubikute ja ratastega;<br><br>Teemaatiliste karaktertantsude kompositsioonid (jõulutemaatika jm).<br><br>Ühisüritustel tantsude ja ringmängudega esinemine.<br><br>Tunneb ära õpitud rahvatantsu, suudab seda kaasa tantsida. | Harjutused paaris ja rühmas.<br><br>Liikumine ravis, kolonnis.<br><br>Laulu- ja tantsumängud, liikumiskavad.<br><br>Tantsumängud muusikariistadega.<br><br>Lihtsamad tantsud õpitud tantsusammudega, sh rahvatantsud.<br><br>Tunneb ära õpitud rahvatantsu, suudab seda kaasa tantsida.<br><br>Õigeaegne tantsu alustamine ja lõpetamine.<br><br>Teemaatiliste karaktertantsude kompositsioonid (jõulutemaatika jm).<br><br>Muusika kuulamine, lihtsamate liigutuste meenutamine ja esitamine. | Erinevad tantsujoonised.<br><br>Seltskonnatantsud, liikumiskavad.<br><br>Erinevate rahvaste tantsud.<br><br>Õpitud tantsujoonise meenutamine ja mälu järgi tantsimine.<br><br>Laulu- ja tantsumängud. Tantsumängud muusikariistadega.<br><br>Tunneb ära õpitud rahvatantsu, suudab seda kaasa tantsida.<br><br>Harjutused erinevate pallidega, kuubikute ja ratastega.<br><br>Tantsule palumine ja lõpetamine. Tantsule kutse vastuvõtmine või viisakas loobumine.<br><br>Kaaslasele lihtsamate tantsuliigutuste näitamine/õpetamine. |

|                                                                            |                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|----------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Võimlemiskompositsioonid.<br><br>Lõõgastumine klassikalise muusika saatel. | Kooli üritustel esinemine õpitud tantsude ja ringmängudega.<br><br>Harjutused erinevate pallidega, kuubikute ja ratastega.<br><br>Lõõgastumine klassikalise muusika saatel. | Improviseeritud tantsimine diskol. Käitumisreeglid diskol.<br><br>Temaatiliste karakteritantsude kompositsioonid (jõulutemaatika jm).<br><br>Koolisisestel ja -välistel üritustel esinemine õpitud tantsude ja ringmängudega.<br><br>Lõõgastumine klassikalise muusika saatel |
|----------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## 6.4 Teema: Vaimne ja kehaline tasakaal

### 6.4.1 Õppesisust lähtuvalt lahtikirjutatud õpitulemused

| Vaimne ja kehaline tasakaal                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                        |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| I arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                                                                                                       | II arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | III arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                                                                |
| Õpilane:<br><br>1) sooritab koostegevuses ja/või eeskuju järgi lihtsamaid sotsiaalset ja emotsionaalset arengut toetavaid harjutusi;<br>2) sooritab koostegevuses ja/või eeskuju järgi sirutus- ja lõdvestusharjutusi, naudib lõõgastumist;<br>3) 3) märkab suunamisel enda põhiemotsioone. | Õpilane:<br><br>1) sooritab paaris õpitud sotsiaalset ja emotsionaalset arengut toetavaid harjutusi;<br>2) sooritab suunamisel õpitud sirutus- ja lõdvestusharjutusi, naudib lõõgastumist;<br>3) tunneb ära oma põhiemotsioonid ja suunamisel reguleerib oma käitumist;<br>4) märkab ja tunneb ära kaaslaste põhiemotsioone, reageerib suunamisel neile sobivalt. | Õpilane:<br><br>1) sooritab varieeruvates tingimustes sotsiaalset ja emotsionaalset arengut toetavaid harjutusi rühmas;<br>2) sooritab iseseisvalt sirutus- ja lõdvestusharjutusi, lõõgastub teadlikult;<br>3) kontrollib enamasti oma põhiemotsioone. |

### 6.4.2 Õppesisu

| Vaimne ja kehaline tasakaal                                                                  |                                                                                    |                                                                                           |
|----------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|
| I arengutasemel                                                                              | II arengutasemel                                                                   | III arengutasemel                                                                         |
| Rahustava muusika ja puudutuselementide saatel õpitakse lõõgastuma ja tunni pinget maandama. | Rahustava muusika saatel lõõgastumine.<br><br>Kehatunnetus- ja hingamisharjutused. | Lõõgastava muusika valik, pingete maandamine.<br><br>Kehatunnetus- ja hingamisharjutused. |

|                                                                                                  |                                                                                                    |                                                                                                      |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Lõõgastav liikumine muusika saatel.                                                              | Juhendatud lõõgastav hingamine.                                                                    | Lihtsamad lõõgastava hingamise tehnikad. Nende kasutamine koos muusikaga.                            |
| Tähelepanu- ja matkimismängud.                                                                   | Lihtsamate joogaasendite harjutamine (sild, kass, täht, puu, liblikas, uss, lind, koer, kuu).      | Jooga asendite kasutamine pingete maandamiseks.                                                      |
| Kehatunnetusharjutused. Lihtsas joogaasendis püsimine (nt täht, kuu, koer).                      | Venitus-, sirutus- ja lõdvestusharjutused.                                                         | Venitus-, sirutus- ja lõdvestusharjutused.                                                           |
| Lihtsamad hingamisülesanded. Sisse ja välja hingamine.                                           | Enda emotsioonide märkamine liikumistegevustes ja sportmängudes osaledes.                          | Enda emotsioonide märkamine ja reguleerimine vastavalt olukorrale.                                   |
| Venitus –, sirutus- ja lõdvestus-harjutused.                                                     | Oma tunnete suunamine ja väljendamine aktsepteeritaval viisil. Võit ja kaotus.                     | Võit ja kaotus.                                                                                      |
| Tegevused tunnetustoas.                                                                          | Emotsioonide juhtimine suunamisel: eemaldumine, hingamisharjutused, joonistamine, stressipall jms. | Emotsioonide juhtimine erinevate õpitud tegevuste abil.                                              |
| Enda põhiemotsioonide suunatud märkamine liikumistegevuste käigus individuaalses töös ja rühmas. | Põhiemotsioonide märkamine ja äratundmine kaaslastel.                                              | Kaaslaste emotsioonide märkamine ja neile reageerimine aktsepteeritaval viisil, kaaslaste toetamine. |
| Enda põhiemotsioonide reguleerimine koostevõttes mängulise tegevuse abil.                        |                                                                                                    |                                                                                                      |

## 6.5 Õppetöö läbiviimiseks

Õpilaste arengutasemetega arvestamine õppetegevuse kavandamisel ja läbiviimisel.

Rütmika aines toimub õppetegevus kolmel arengutasemel: I arengutase, II arengutase, III arengutase. Samaealiste toimetulekuõppel õppivate õpilaste kogemused, võimed, oskused ja teadmised erinevad tingituna puude spetsiifikast ja kaasuvatest diagnoosidest.

Ühes klassis õppivad õpilased võivad olla rütmika aines erinevatel arengutasemetel.

Õppetegevuse kavandamisel ja läbiviimisel lähtutakse iga konkreetse õpilase kogemustest, võimetest, oskustest ja teadmistest. Õpilane jõuab järgmisele arengutasemele rütmika aine valdkonnades vastavalt individuaalsele arengu tempole.

Toimetulekuõppel õppivate õpilaste arengutasemetega arvestamine on lahti kirjutatud siin [Mõiste "arengutase" kasutamine toimetulekuõppes](#).

- Rütmika tundide läbiviimist hõlbustavad toimetuleku õpilaste tarbeks loodud Kaili Lassi ja Kadri Joosti materjalid ["Liikumine ja muusika"](#)
- Keha- ja ruumitunnetusharjutused, rühi- ja tasakaaluharjutused.
  - Rütmikatundides on mõttekas ühendada kehalise kasvatus tundidest tuttavad harjutused muusika ja rütmiga. Õpilastes arendatakse rütmi tajumise tunnet tuginedes õpilase lihaste liigutustele tugineva korrapärase liikumise tunnetamisele.

- Kehalise kasvatuse tundides harjutatud rühi- ja matkimisharjutused kindlas rütmis (erinevate tegelaste kõnni matkimine õpetaja eeskuju järgi: karu, kurg, kass jne; postiljon, pakikandja, kelner, mannekeen; laps, nooruk, vanur).
- Kõnd erinevatel vahenditel. Istumisharjutused erinevatel vahenditel muusika saatel.
- Kiikumisharjutused vastavalt muusika rütmile, tempole, iseloomule.
- Liikumine erinevates asendites (kükitamine ja selles asendis liikumine; kägarasend ja kiikumine kägarasendis jmt). Hüpped: sulghüpe. Harki-kokku hüpe jm hüpped vastavalt muusikalisele saatele.
- **Koordinatsiooni harjutused**
  - Tundides mängitakse muusikaõpetuses õpitud laulu- ja ringmänge, rütmipille. Kasutatakse ka teiste ainete tundides ja vaba aja tegevustes õpitud salme, rütmilisi luuletusi.
- **Sotsiaalset ja emotsionaalset arengut toetavad harjutused**
  - Muusika rütmiline külg organiseerib psüühikat, liigutused muusika saatel ja rütmiline liikumine aktiveerib kõiki psüühilisi protsesse, aitab kaasa õpilaste enesetunnetuse kujunemisele, tõstab meeleolu.
  - Muusika ja tantsuelementide ühendamise sotsiaalsete oskuste kujundamiseks ("Kes aias", "Mul on üks tore tädi" jt).
  - Häid ideid leiab ["100 rahvamängu lastele"](#)
  - Vaba improvisatsioon muusika saatel loob emotsionaalselt pingevaba keskkonna ning soodustab sobivat emotsionaalset väljaelamist ja stabiliseerumist.
- **Vaimne ja kehaline tasakaal.**
  - [Hingamisharjutus: sügav hingamine koos saatva muusikaga asub siin](#). Seda harjutust saab teha igal ajal ja igas kohas ning sobib hästi rütmikatundides kasutamiseks.
  - Lõdvestavaid lastejooga harjutusi leiab Youtube kanalilt sisestades märksõna "lastejooga". Siin üks [näiteharjutus](#).
  - Loodushäälte ja merekohina rahustav muusika. Rohkelt vastavasisulist materjali leiab erinevatest [muusikaportalidest](#).

## 7. Õppevara

### 7.1 Toimetulekuõppe tasemele koostatud õppevara

Lass, K., Joost, K. Liikumine ja muusika.

<https://hev.edu.ee/123-2/4:29:58>

### 7.2 Valik soovituslikest lisa materjalidest

Liikumisega seotud aktiivtööd.

<https://www.terviseinfo.ee/et/tervise-edendamine/koolis/olulised-abimaterjalid/toitumine-ja-liikumine/opetajaraamat/liikumise-aktiivtoeoeed>

Liikumine ja kultuur. <https://liikumisopetus.ee/valdkonnad/liikumine-ja-kultuur/>

Liikumine ja kultuur materjali.

[https://liikumisopetus.ee/materials/?mf\\_material-cat=90&mf\\_material-level=13](https://liikumisopetus.ee/materials/?mf_material-cat=90&mf_material-level=13)

Vaimne ja kehaline tasakaal.

<https://liikumisopetus.ee/valdkonnad/kehaline-ja-vaimne-tasakaal/>

Vaimne ja kehaline tasakaal materjalid.

[https://liikumisopetus.ee/materials/?mf\\_material-cat=84&mf\\_material-level=13](https://liikumisopetus.ee/materials/?mf_material-cat=84&mf_material-level=13)

Ajupausid. <https://empoweredparents.co/brain-break-activities/>

Vaikuseminuti harjutused.

<https://vaikuseminutid.ee>

Lõdvestusharjutused.

<https://peaasi.ee/lodvestusharjutused/>

Teadveloleku harjutused ATH lapsele.

<https://www.vkkeskus.ee/teadveloleku-harjutused-ath-lapsele/>

Lastejooga loodusbingo.

<https://loovlaps.ee/lastejooga-loodusbingo/>

TAI kodulehekülg.

<https://www.tai.ee/et/sotsiaalto/koik-noodid-oiged-muusikateraapia-voimalustest-erivajadusega-inimestele>

# MATEMAATIKA

## 1. Matemaatika aine õppetegevuse kirjeldus ja õpetuse eesmärgid

Matemaatikaalaseid teadmised ja oskused on ümbritsevas keskkonnas toimetuleku eelduseks. Matemaatika õpetamine seostatakse igapäevaeluga. Õpetamisel kasutatakse mängulisi ja elulisi situatsioone.

Matemaatikas luuakse esmane mõistete ja tegevuste baas, mis aitab õpilasel orienteeruda teda vahetult ümbritsevas esemete ja nähtuste maailmas. Luuakse eeldused märgata esemetele iseloomulikke tunnuseid ning mõista esemete ja objektide omavahelisi seoseid. Igapäevaelus hakkama saamiseks on oluline praktiliste ülesannete lahendamise oskus, mida arendatakse sotsiaalse matemaatika ülesannete kaudu.

Arvumõiste kujunemisele eelneb töö arvueelses valdkonnas. Õpetamist alustatakse oma keha tunnetamisest, ruumitaju arendamisest, objektide rühmitamisest tajutavatele tunnustele ja tajukujutlustele toetudes.

Õpetatakse praktilistes tegevustes orienteeruma hulkade, mõõtude ja arvude vahelistes seostes ja suhetes. Omandatakse oskused kasutada mõnda enamlevinud mõõtevahendit, sooritada praktiliselt/materialiseeritult lihtsaid matemaatilisi tehteid, mõista ja kasutada praktilise tegevusega seotud graafilisi sümboleid ja lihtsaid mudeleid.

Õpetamisel seostatakse erinevad tegevused ajamõistetega, toetudes näitlikele vahenditele.

Praktiliste tegevuste käigus õpetatakse mõistma raha otstarvet ning teostama igapäevaelus toimetulekuks vajalikke rahalisi toiminguid õpitud arvuvalla piires.

Harjutamisel kasutatakse erinevaid digivahendeid, mis tagavad tehnoloogiaalased algteadmised igapäevaeluks.

## 2. Üldpädevuste kujundamine matemaatika aines

Toimetulekuõppes käsitatakse pädevust kui võimetekohaste teadmiste, oskuste ja hoiakute kogumit, mis tagab suutlikkuse teatud tegevusalal või valdkonnas toime tulla.

Matemaatika aine õpetamine toetab õpilastel õppekava läbivate taotletavate kohandatud üldpädevuste kujunemist.

Matemaatika aines käsitletavat teemad on seotud õpilase igapäevaeluga. Õppimine toimub reaalses elulises olukordades praktilise tegevuse läbi.

Matemaatika soovituslikus ainekavas on õpitulemuste saavutamiseks soovitatud käsitleda järgmisi teemavaldkondi:

- Tegevused esemetega, suuruskujutlused.
- Vormikujutlused.
- Ruumikujutlused.
- Ajakujutlused.
- Hulgakujutlused.
- Kujutluse loomine arvust, tehted arvudega.
- Rahaühikud.
- Mõõtühikud ja mõõtmine.
- Sotsiaalmatemaatika. Eluliste probleemide praktiline lahendamine.

Loetletud teemavaldkondade lõimitud käsitlemise kaudu elulis-praktilistes olukordades ja klassikalises õppesituatsioonis kujunevad õpilastel õppekava läbivad üldpädevused.

### **Kultuuri- ja väärtuspädevus**

Matemaatika aines käsitletavate teemade ja praktilise tegevuse kaudu hakkavad õpilased tajuma ennast ja ümbritsevat keskkonda. Minapildi kujundamisega suunatud tegutsemise kaudu kujuneb õpilastel arusaamine iseendast ja ümbritsevatest inimestest. Erinevate elulis-praktiliste ülesannete ja temaatiliste eluliste matemaatiliste jutukeste lahendamise läbi avardub õpilaste silmaring ja areneb tähelepanu ning mõtlemisoskus. Matemaatika teemade lõimimise tulemusel, nt kehataju arendamine, ajamõisted, raha, elulised matemaatilised jutukesed jne, õpivad õpilased käituma vastavalt üldtunnustatud väärtustele ja kõlbluspõhimõtetele. Matemaatika aine raames esitatud ülesannete lahendamisel suunatakse õpilasi vaatlema probleemi erinevatest vaatenurkadest ning tajuma teavet, mis võib olla esitatud erinevatel viisidel. Suunatakse otsima lisateavet, esitama lisaküsimusi ja nendele vastuseid leidma.

### **Sotsiaalne ja kodanikupädevus**

Õppetegevus matemaatika aines toimub enamasti mängude ja praktiliste tegevuste kaudu individuaal-, paaris- või rühmatöö kaudu. Matemaatilistele probleemidele lahenduste otsimisel kaasatakse õpilasi ühisaruteludesse. Ühiselt tegutsedes õpivad õpilased märkama ja arvestama enda isiklikke huvisid ja mõtteid ning rühma kui terviku huvisid ja mõtteid.

### **Enesemääratluspädevus**

Ühises mängus, rühmatöös, õppekäikudel jms kujuneb õpilastel arusaamine iseendast ja kaaslastest. Õppides mõistma ja aktsepteerima enda ja kaaslaste eripära kujuneb õpilastel positiivne suhtumine iseendasse ja kaaslastesse, samuti enda perekonda, klassi, kooli, kodumaasse. Praktiliste eluliste matemaatiliste olukordade lahendamise kaudu õpivad õpilased märkama enda ja kaaslaste abivajadust, abi küsima ja seda pakkuma. Matemaatika aines omandatud elulis-praktilised oskused ja teadmised toetavad õpilaste toimetulemist igapäevastes elulistes olukordades: isikliku hügieeni eest hoolitsemisel, sisseostude sooritamisel, toiduvalmistamisel, ajaliste kokkulepete sõlmimisel jms.

### **Õpipädevus**

Matemaatika õpetamisel on oluline, et õpilased saaksid uusi kogemusi, oskusi ja teadmisi eluliste probleemide võimalikult iseseisvaks lahendamiseks. Matemaatikaülesannete lahendamisel õpivad õpilased situatsioonile lähenema erinevatest vaatenurkadest, otsima lahendusi probleemidele ning oma tegevusi ja valikuid põhjendama. Olulisel kohal on õpilase kaasamine õppeprotsessi valikute tegemisse, mille kaudu areneb õpimotivatsioon ja huvi toimuva vastu. Õpilasi suunatakse järjest iseseisvamalt täitma jõukohaseid õpiülesandeid ning teostama suunamisel enesekontrolli praktiliste tegevuste kaudu.

### **Suhtluspädevus**

Õpilased õpivad aru saada suuliselt, graafiliselt, nt pildi, joonise, tabeli, diagrammi, graafiku jms abil, ja tekstina esitatud teabest ning sellest lähtuvalt tegutsema. Õpilasi suunatakse matemaatiliste probleemide lahendamise kaudu avaldama oma arvamust, edastama infot. Mänguliste ja eluliste õppesituatsioonide käigus kujunevad õpilastel elulised suhtlemisoskused.

### **Matemaatika-, loodusteaduste ja tehnoloogiaalane pädevus**

Matemaatika õppimise tulemusel kujunevad õpilastel elulised oskused ja teadmised igapäevaste probleemide lahendamiseks. Erinevate matemaatika aine teemade lõimimise tulemusel kujuneb õpilastel alus eneseteenindusoskuse, õpioskuste ja lihtsate tööoskuste omandamiseks. Õpilased õpivad orienteeruma ajas. Õpilasi suunatakse märkama aja kulgu ning kasutama kalendrit ja kella enda igapäevategevuste planeerimisel. Praktiliste tegevuste kaudu õpivad õpilased kasutama erinevaid koduses majapidamises kasutatavaid seadmeid, nt kellad, kaalud, kalkulaator jms.

### **Ettevõtlikkuspädevus**

Matemaatika aine raames mänguliste ja eluliste situatsioonide kaudu õpetakse mõistma raha otstarvet. Raha õpitakse kasutama rollimängudes, eluliste poeskäikude jm raames. Samuti

on võimalik näiteks projektipõhise õppe raames korraldada koolis õpilaskohvikuid, laatasid jms. Kirjeldatud tegevused annavad õpilastele võimaluse tegeleda jõukohasel tasemel ettevõtlusega, toetavad raha kui maksevahendi tähtsuse mõistmist ning kasutamist.

### **Digipädevus**

Matemaatika aine õppimisel kasutatakse õpilastele arusaadavaid ja jõukohaseid infotehnoloogilisi vahendeid. Igapäevase õppetegevuse osana suhtlemisvõimaluste loomiseks kasutatakse vajadusel õpilase arengutasemele vastavat kommunikaatorit.

## **3. Matemaatika aine lõiming õppekava läbivate teemadega**

Õppekava läbivad teemad on üld- ja valdkonnapädevuste ning erinevate õppeainete lõimingu vahendiks. Õppekava läbivaid teemasid arvestatakse toimetulekuõppel oleva õpilase eripärasid arvestava ning toimetulekuõppe metoodikast lähtuva kohandatud õppimist ja arengut toetava koolikeskkonna loomisel. Läbivad teemad on aineülesed ja käsitlevad ühiskonnas olulisi valdkondi, mis läbi kujuneb õpilasel ettekujutus ühiskonna kui terviku toimimisest ning arengust. Õpilasel kujuneb oskus vastavalt oma võimetele omandatud oskusi ja teadmisi elulis-praktilistes olukordades rakendada. Õppekava läbivad teemade käsitlemine toimub kõikides matemaatika aine soovituslikes teemavaldkondades.

### **Elukestev õpe ja karjääri kujundamine**

Matemaatikaalaste tegevuste kaudu toetatakse õpilaste taju, tähelepanu, mälu ja mõtlemise arengut. Jõukohase ja huvipakkuva mängulise ja elulis-praktilise tegevuse kaudu toetatakse õpilaste huvi kujunemist ümbritseva keskkonna esemete, nähtuste ja tegevuste vastu. Tekib positiivne hoiak õppimisse ja kujunevad õpioskused. Õpilased saavad vajalikud matemaatilised baasoskused, nt ettekujutus enda kehast, ruumisuhetest, arusaamine aja kulust, raha olemusest jms, elus võimalikult iseseisvaks toimetulemiseks. Matemaatikaalased oskused on aluseks lihtsate tööskute kujunemisele.

### **Keskkond ja jätkusuutlik areng**

Matemaatika õppes toimub antud teema käsitlemine iga õpilase isiklikele kogemustele tuginedes. Õpilastele mõistetavatest olukordadest lähtuvalt tutvustatakse loodushoiu ja keskkonna säästliku ning jätkusuutliku inimtegevuse põhimõtteid. Õpilasi suunatakse võrdlema erinevaid elukeskkondi enne ja nüüd, antakse esmased teadmised loodusressursside hoidmise ja säästmise vajalikkustest, nt vee tarbimine suhtes palju - vähe jne. Õpilased õpivad mõistma enda rolli ümbritsevas keskkonnas ning saavad praktilise tegevuse kaudu vastavalt võimetele aru, kuidas saab enda käitumise ja tegevusega mõjutada keskkonnaressursside kasutamist. Praktiliste eluliste matemaatiliste jutukeste aineks sobib keskkond ja ühiskonna jätkusuutlik areng.

### **Kodanikualgatus ja ettevõtlikkus**

Matemaatika aine raames mänguliste ja eluliste situatsioonide kaudu õpetakse mõistma raha otstarvet. Raha õpitakse kasutama rollimängudes, eluliste poeskäikude jm raames. Samuti on võimalik näiteks projektipõhise õppe raames korraldada koolis õpilaskohvikuid, laatasid jms. Kirjeldatud tegevused annavad õpilastele võimaluse tegeleda jõukohasel tasemel ettevõtlusega, toetavad raha kui maksevahendi tähtsuse mõistmist ning kasutamist.

### **Kultuuriline identiteet**

Matemaatika on nii maailma- kui ka rahvuskultuuri osa. Eriti on tihe seos matemaatika ja ajaloo vahel - erinevad sündmused ja ajalised mõisted; ettekujutus maailmaruumi, elusolendite ja ühiskonna kujunemise kohta. Praktiliste eluliste matemaatiliste jutukeste aineks sobivad kultuuriga seonduvad teemad.

### **Teabekeskkond ja meediakasutus**

Igapäevaste tegevuste kaudu ja õppekäikudel suunatakse õpilasi leidma, mõtestama ja kasutama ümbritsevas keskkonnas skeemide, numbrite jms abil esitatud teavet. Õpilasi suunatakse mõtestatult kasutama vaba aja veetmise võimalusena tuttavaid digivahendeid ja -keskkondi.

## **Tehnoloogia ja innovatsioon**

Praktiliste tegevuste kaudu õpivad õpilased kasutama kodus majapidamises kasutatavaid seadmeid, nt kellad, kaalud, kalkulaator jms. Kõikide matemaatika aine teemavaldkondade käsitlemise raames saab õpetaja kasutada õppetegevuse mitmekesistamiseks erinevaid digikeskkondi ja -rakendusi. Kui õpilane kasutab verbaalset kõnet toetavat või asendavat digivahendit, tuleb õpilast suunata seda järjepidevalt kasutama nii õppetegevuses kui igapäevasel suhtlemisel. Kasutusel olevat AAC vahendit tuleb tutvustada kõikidele õpilasega tegelevatele täiskasvanutele ja kaasõpilastele (vt [AAC vahendite kasutamine](#)).

## **Tervis ja ohutus**

Olulisel kohal teema käsitlemisel on toitumise ja liikumisega seonduva seostamine matemaatiliste oskuste ja teadmistega. Õpilasi suunatakse tegema tervislikke toiduvalikuid. Praktilise toiduvalmistamise käigus kasutavad õpilased õpitud aja-, mahu- ja kaaluühikuid. Õpilasi suunatakse jälgima enda enesetunnet nii igapäevaselt kui liikumistegevustes. Õpilastele tutvustatakse liikumisäppe ja nutikella kasutamist näiteks sammude lugemiseks, suunatakse jälgima ööune pikkust jms.

## **Väärtused ja kõlblus**

Toimetulekuõppes on õpilaste õpimotivatsiooni tõstmise seisukohalt määrava tähtsusega õpilase ja õpetaja positiivne ühistegevus. Matemaatika tundides õpivad õpilased tundma iseennast, enda tugevaid ja nõrku külgi.

## **4. Matemaatika aine lõiming teiste õppeainetega**

Matemaatika õpetamine toimub teiste õppeainetega lõimitult üldõpetuse põhimõttel. Üldõpetuse põhimõtete rakendamine muudab õppe- ja kasvatustegevuse elulähedasemaks ning toetab seoste kujunemist erinevate valdkondade vahel toetades omandatud oskuste ja teadmiste ülekandmist igapäevasesse ellu.

### **Matemaatika ja eesti keel**

Matemaatikas kasutatakse eesti keele aines omandatud sõnavara, oskusi ja teadmisi erinevate ülesannete lahendamisel. Õpilased omandavad eesti keele aines nii passiivses kui aktiivses kasutuses matemaatikaalase sõnavara, nt kehaosade nimetused, ruumisuhteid, suurustunnuseid jms märkivad mõisted. Õpilased õpivad mõistma ja kasutama arvsõnu, järgarvude nimetusi, mõõtühikute nimetusi jms. Õpilased loevad, mõistavad ja teevad järeldusi piltide, jooniste, tabelite, skeemide, graafikute jmt abil esitatud infost. Nende õpilaste puhul, kes on omandanud lihtsa teksti lugemise oskuse, on oluline toetada funktsionaalse lugemisoskuse arengut lugedes elulisi matemaatilisi jutukesi ja suutlikust rakendada loetud tekstist saadud teavet. Matemaatikaalaste teemade käsitlemisel ja praktilises tegevuses kasutab õpetaja õpilaste kõnest arusaamise tasemele vastavaid verbaalseid ja alternatiivseid suhtlusvahendeid. Õpilasi suunatakse aktiivselt kasutama olemasolevaid verbaalseid ja/või alternatiivseid suhtlusvahendeid, vajadusel verbaliseerib õpetaja õpilaste tegevust.

### **Matemaatika ja elu- ja toimetulekuõpe**

Matemaatika ja elu- ja toimetulekuõppe teemavaldkonnad on tihedalt omavahel lõimunud. Elu- ja toimetulekuõppe aines käsitletavat teemat toetavad õpilaste elulis-praktiliste oskuste omandamist igapäevastes olukordades ning on aluseks eluliste matemaatiliste oskuste kujunemisele. Matemaatiliste jutukeste aines tuleneb elu- ja toimetulekuõppes käsitletavatest teemavaldkondadest. Minapildi kujundamise raames areneb õpilaste ettekujutus oma kehast, mis on aluseks ruumisuhetest arusaamisele. Minapildi kujundamise raames saab algust teha lihtsate praktiliste mõõtmisülesannetega. Igapäevase mängu- ja õpitegevuse käigus õpivad õpilased rühmitama esemeid vastavalt nende funktsioonile ning sealt edasi vastavalt etteantud tunnustele. Aja teemade käsitlemine toimub lõimitult nii elu- ja toimetulekuõppe kui matemaatika õpetuse raames läbivalt terve kooliaja. Raha olemuse, otstarbe ja kasutamise põhimõtete selgitamine, samuti lihtsa eelarve kavandamise ja säästliku eluviisi põhimõtete omandamine toimub samuti lõimitult nii matemaatika kui elu- ja toimetulekuõppe aines.

### **Matemaatika ja kunst ja käeline tegevus**

Matemaatika ja kunsti ja käelise tegevuse õpetus on tihedalt lõimunud. Omandatud matemaatikaalaseid oskusi ja teadmisi saavad õpilased kasutada kunstitööde loomisel. Arusaamine enda kehapildist, sh näost ja näoosadest on aluseks kujutamise- ja lihtsa joonistamisoskuse kujunemisele. Objektide erinevate tunnuste tundmaõppimine, nt suurus, kuju, struktuur, on aluseks käelise tegevuse tööde detailide rühmitamisele, materjalide sorteerimisele jms. Loendamise- ja rühmitamisoskust ning jadade moodustamist saavad õpilased kasutada mustrite kujundamisel ja tarbekunstiesemete dekoreerimisel. Kunsti ja käelise tegevuse tööde loomisel on olulise tähtsusega ka oskus kasutada joonlauda ja teisi mõõte vahendeid nii joonte tõmbamiseks kui mõõtmisel. Kunsti ja käelise tegevuse raames saab valmistada õppevahendeid ja -materjale, mis toetavad matemaatiliste oskuste ja teadmiste omandamist, nt kellamakett, kalender, mänguraha jms.

### **Matemaatika ja tööõpe**

Matemaatika ja tööõppe teemavaldkonnad on omavahel tihedalt lõimunud ning täiendavad teineteist. Matemaatika annab vajalikke oskusi ja teadmisi tööõppe aine raames püstitatud töölaadsete ülesannete täitmiseks. Tööõppe raames tööde kavandamisel ja teostamisel tehakse praktilisi mõõtmisi. Puhastusvahendite kasutamisel peab orienteeruma praktiliselt erinevates mahuühikutes. Ruumide sisustamisel ja kujundamisel ning koristustööde sooritamisel on oluline ruumis orienteerumise oskus. Toitlustuse ja kokanduse raames toetatakse matemaatika aines omandatud oskuste ja teadmiste eelarve planeerimisel, poes praktiliste ostude sooritamisel. Toiduvalmistamisel on oluline kasutada taimerit, oskus valida pliidil ja ahjul sobiv temperatuur, tunda kaalu- ja mahuühikuid jms.

### **Matemaatika ja kehaline kasvatus**

Kehalise kasvatuses toimub matemaatiliste oskuste arendamine ja kinnistamine elulis-praktilistes olukordades. Liikumistegevuste aluseks on õpilaste kehataju arendamine, mis on omakorda aluseks ruumisuhete mõistmisele. Rivistumisel õpivad õpilased mõõtma üksteist põhimõttel pikem-lühem ning vastavalt mõõtmistulemustele moodustama kahanevaid ja kasvavaid jadasid. Liikumistegevuste käigus õpivad õpilased loendama õpilasi, esemeid, tegevusi jm. Õpitakse järgarvude praktilist kasutamist. Kehalise kasvatuses tundide osaks on eluliste matemaatiliste jutukeste koostamine ja lahendamine. Õpilased õpivad saavutatud tulemusi mõõtma õpitud mõõtevahenditega kasutades õpitud mõõtühikuid.

### **Matemaatika ja muusika ja rütmika**

Muusikaõpetus ja rütmika toetavad matemaatiliste teemade omandamist. Erinevate liikumismängude, tantsude jms abil kujuneb õpilastel minatunnetus ja enda kehataju, areneb arusaamine ruumisuhetest. Õpilased õpivad moodustama erinevaid tantsujooniseid, liikuma rivis, ringjoonel. Õpilased õpivad tunnetama, tajuma ja taasesitama erineva pikkusega rütmi, kuulama ja esitama muusikapalu ja laule. Kujuneb arusaamine aja kulust, mõistetest *pikk-lühike*.

## 5. Matemaatika aine rõhuasetused

| I arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | II arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | III arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Olulisel kohal on praktilised tegevused mitmesugustest esemetest koosnevate hulkadega, vaatlus- ning eristamisoskuse kujundamine.</p> <p>Põhitaotluseks on kujundada oskus tajuda ümbritsevaid esemeid ja nähtuseid ning suutlikkus märgata ja sõnastada neile omaseid tunnuseid. Praktiliste tegevuste kaudu areneb oskus vaadelda ning eristada erinevatest esemetest koosnevaid hulki.</p> <p>Õpilast suunatakse koostevuses jälgima ja matkima arvsõnade kasutamist loendamisel ja vaadeldavate esemete arvu nimetamisel. Harjutatakse kahest esemest koosnevate hulkade tajumist.</p> <p>Õpetatakse mõõtma kehatunnetuse ja erinevate igapäevaste esemete abil.</p> <p>Õpetatakse koostevuses praktilistes situatsioonides ära tundma raha ja selle kasutamise otstarvet.</p> <p>Õpetamisel on olulisel kohal mängulised tegevused. Koostevuses kasutatakse digivahendeid.</p> <p>Õpetatakse igapäevastes olukordades oma tegevusi öö ja päeva rütmiga seostama ning suunatakse piltpäevaplaani järgima.</p> | <p>Õpetatakse suurstunnuseid, ruumisuhteid, aja- ja kujundimõisteid ning nende seostamist ümbritsevate esemete ja nähtustega.</p> <p>Õpetatakse loendama ning seostama hulka ja arvu, lahendama praktilisi arvutusülesandeid 10 piires. Lahendatakse lihtsaid matemaatilisi jutukesi.</p> <p>Praktilises tegevuses kasutatakse suunatult mõõtevahendeid, tutvustatakse mõõtühikuid.</p> <p>Tutvustatakse õpitud arvuvalla piires raha ja rollimängude või reaalsete olukordade kaudu selle kasutamist igapäevastes situatsioonides.</p> <p>Õppetöös kasutatakse erinevaid laua- ja arvutimänge. Suunatakse kasutama tuttavaid digivahendeid.</p> <p>Õpetatakse orienteeruma ajas, eristama mõisteid <i>eile</i>, <i>täna</i>, <i>homme</i> ning planeerima oma tegevusi lähtudes päevaplaanist, ööpäeva osadest ning nädalapäevadest.</p> | <p>Rõhuasetus on sotsiaalmatemaatikal. Laiendatakse ja täpsustatakse õpitud mõisteid. Analüüsitakse ja lahendatakse matemaatilisi probleemsituatsioone.</p> <p>Jätkub arvude tundmaõppimine ja arvutamisoskuste kujundamine.</p> <p>Õpilast suunatakse mõõtevahendeid praktilises tegevuses iseseisvalt kasutama.</p> <p>Õpitakse iseseisvalt sooritama igapäevaseid oste ning raha kasutust planeerima.</p> <p>Õppetöös kasutatakse digivahendeid eesmärgipäraselt ja internetiohutuse algtõdesid silmas pidades. Õpilasi suunatakse iseseisvalt õpitud lauamänge mängima.</p> <p>Õpetatakse iseseisvalt oma aega planeerima, selleks kalendrit ja päevaplaani kasutama.</p> |

## 6. Matemaatika aine õpitulemused, õppesisu ja õppetöö läbiviimine

### 6.1 Teema: Tegevused esemetega, suuruskujutlused

#### 6.1.1 Õpitulemused

| Tegevused esemetega, suuruskujutlused                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| I arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                                                                                        | II arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                               | III arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Õpilane:<br><br>1) eristab esemeid ja nende kujutisi (3–4 elementi) värvuse, suuruse (pikk-lühike, suur-väike), vormi (ümmargune ja kandiline) järgi;<br>2) rühmitab objekte ja graafilisi kujutisi etteantud tunnuse alusel;<br>3) kõrvutab esemeid paaride moodustamiseks. | Õpilane:<br><br>1) võrdleb esemeid ja nende kujutisi õpitud suurstunnuste järgi;<br>2) koostab esemetest või nende kujutistest (kuni 5 elementi) nii kasvavat kui ka kahanevat jada. | Õpilane:<br><br>1) võrdleb esemeid ja nende kujutisi ning koostab erinevaid jadasid õpitud suurstunnuste järgi;<br>2) koostab näidise järgi mitmest geomeetrisest kujundist koosneva jada;<br>3) rühmitab objekte ja graafilisi kujutisi sõnalise juhendi järgi 2-4 tunnuse alusel. |

#### 6.1.2 Õppesisu

| Tegevused esemetega, suuruskujutlused                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| I arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | II arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                | III arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Esemete vaatlemine ja eristamine, nimetamine: esemed klassis, õpilaste riietusesemed, koolitarbed, mänguasjad, puuviljad, loomad. Esemete otstarve.<br><br>Esemete värvuse eristamine ja väljendamine.<br><br>Esemete võrdlemine värvuse, suuruse järgi (suur-väike, pikk-lühike, ühesuurused).<br><br>Esemete leidmine tunnuse järgi, rühmitamine etteantud tunnuse alusel, tunnuse sõnastamine. | Esemetest või nende kujutistest jadade koostamine suurstunnuste järgi nii kasvavas kui kahanevas järjekorras.<br><br>Esemete ja nende kujutiste võrdlemine (pikk-lühike, ühepikkused; kõrge-madal, ühekõrgused, lai-kitsas, ühelaiused; ühesuurused).<br><br>Erineva mahuga anumate võrdlemine. | Esemete ja nende kujutiste võrdlemine kõrguse, paksuse/jämeduse, sügavuse, mahu tunnuste järgi.<br><br>Jadade koostamine suurstunnuste järgi. Jadade piiride sõnastamine (see põõsas on kõige madalam, see kuusk on kõige kõrgem).<br><br>Objektide ja graafiliste kujutiste kogumist sarnaste esemete leidmine 2-4 tunnuse alusel. |

## 6.2 Teema: Vormikujutlused

### 6.2.1 Õpitulemused

| Vormikujutlused                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| I arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                              | II arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | III arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <p>Õpilane:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1) rühmitab objekte ja graafilisi kujutisi etteantud tunnuse alusel;</li><li>2) eristab ümmargusi ja kandilisi esemeid, nende graafilisi kujutisi.</li></ol> | <p>Õpilane:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1) võrdleb esemeid ja nende kujutisi õpitud vormitunnuste järgi;</li><li>2) koostab esemetest või nende kujutistest (kuni 5 elementi) nii kasvavat kui ka kahanevat jada;</li><li>3) tunneb õpitud geomeetrilisi kujundeid, oskab neid nimetada; leiab ümbritsevast keskkonnast vastavakujulisi esemeid;</li><li>4) rühmitab objekte ja graafilisi kujutisi kahe etteantud tunnuse alusel.</li></ol> | <p>Õpilane:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1) võrdleb esemeid ja nende kujutisi ning koostab erinevaid jadasid õpitud vormitunnuste järgi;</li><li>2) koostab näidise järgi mitmest geomeetrilisest kujundist koosneva jada;</li><li>3) rühmitab objekte ja graafilisi kujutisi sõnalise juhendi järgi 2–4 tunnuse alusel.</li></ol> |

### 6.2.2 Õppesisu

| Vormikujutlused                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| I arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | II arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | III arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <p>Ümmargused ja kandilised objektid. Pallide, kuubikute, klotside võrdlemine kuju, kuju-värvuse ja kuju-suuruse järgi näidisele toetudes.</p> <p>Esemete ja graafiliste kujutiste (ring, kolmnurk, nelinurk) rühmitamine kuju (ümmargune, kandiline) järgi.</p> <p>Graafiliste kujutiste kopeerimine (joonte tõmbamine).</p> | <p>Objektide võrdlemine kuju järgi.</p> <p>Geomeetrilised kujundid ring, kolmnurk, ruut, riskülik. Äratundmine, konstrueerimine, võrdlemine, joonistamine, joonestamine (joonlaua abil), nimetamine.</p> <p>Mustrite koostamine. Erisuurustega geomeetrilistest kujunditest jadade koostamine kahanevas ja kasvavas järjekorras.</p> <p>Esemete piltide järgi võrdlemine (nelinurk/kandiline - teler, ring - pall jne).</p> | <p>Geomeetrilised kujundite (ring, kolmnurk, ruut, riskülik) tundmine, nimetamine, konstrueerimine, võrdlemine, joonistamine, joonlaua abil joonestamine.</p> <p>Mustrite koostamine. Geomeetrilistest kujunditest koostatud jadade jätkamine järjestust säilitades.</p> <p>Eluline märkamine, mis kujuga on ümbritsevad objektid (maja nagu riskülik, kännu pind nagu ring, aken nagu nelinurk jne).</p> |

## 6.3 Teema: Ruumikujutlused

### 6.3.1 Õpitulemused

| Ruumikujutlused                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                 |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| I arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                                                                 | II arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | III arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                         |
| <p>Õpilane:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) mõistab ruumisuhteid <i>all, peal, ees, taga, kõrval</i>, asetab esemeid nimetatud kohale;</li> <li>2) tegutseb lihtkorralduste alusel õpitud ruumisuhteid mõistes ja kasutades.</li> </ol> | <p>Õpilane:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) tajub ruumisuhteid (<i>vasakul/paremal</i>) oma keha ja teise objekti suhtes;</li> <li>2) mõistab suhteid <i>ees, esimene, keskel, kõrval, kõige taga, viimane</i>;</li> <li>3) oskab määrata esemete asukohta ruumisuhete mõistete abil: <i>üleval–all, ülemine-alumine, peal-all; ees-tagajärel; kõrval, juures, vahel, keskel; sees-väljas, peale-alla, peal, all, kõrval, juures; kaugel-lähedal</i>.</li> </ol> | <p>Õpilane:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) määrab objekti asukohta ruumis, arvestades kahte parameetrit;</li> <li>2) täidab ruumisuhteid sisaldavaid tegevusjuhiseid.</li> </ol> |

### 6.3.2 Õppesisu

| Ruumikujutlused                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| I arengutasemel                                                                                                                                                                                                                         | II arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | III arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <p>Oma keha tajumine. Kehaosad.</p> <p>Eseme asukohta määramine õpilase kehast lähtuvalt: ruumisuhetel <i>minu ees - minu taga, ette-taha</i>.</p> <p>Objektidevahelised ruumisuhetel: <i>peale-alla, peal-all, kõrval, juures</i>.</p> | <p>Eseme asukohta määramine õpilase kehast ja teistest objektidest lähtuvalt.</p> <p>Objektidevaheliste ruumisuhete tajumine: <i>ees, esimene, keskel, kõrval, kõige taga, viimane</i>.</p> <p>Esemete asukohta määratlemine ja paigutamine õpitud ruumisuhete piires.</p> <p><i>Üleval-all, ülemine-alumine, peal-all; ees-tagajärel; kõrval, juures, vahel, keskel.</i></p> <p><i>Sees-väljas (peale-alla, peal-all, kõrval, juures).</i></p> | <p>Eseme asukohta määramine oma keha suhtes, teise esemete suhtes muutuvates tingimustes ruumis ja tasapinnal.</p> <p>Ruumisuhetel sisaldavate tegevusjuhiste mõistmine ja täitmine.</p> <p>Orienteerumine ruumis / tasapinnal kahe parameetri raames: <i>all paremal, üleval vasakul</i> jne.</p> |

|  |                                                                                                                                                     |  |
|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|  | <p><i>Kaugel-lähedal.</i></p> <p><i>Parema-vasaku poole leidmine, nendest lähtuvalt asukoha määramine. Esemete asetamine paremale-vasakule.</i></p> |  |
|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|

## 6.4 Teema: Ajakujutlused

### 6.4.1 Õpitulemused

| Ajakujutlused                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| I arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | II arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | III arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| <p>Õpilane:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) eristab suunatult toetudes näitlikule materjalile või piltidele tegevuste järjestust: <i>praegu, enne, pärast</i>;</li> <li>2) seostab igapäevategevusi ööpäevarütmiga, järgib suunatult piltpäevaplaani;</li> <li>3) nimetab suunamisel käesolevat aastaaega;</li> <li>4) oskab seostada oma sünnipäeva aastaajaga.</li> </ol> | <p>Õpilane:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) eristab tegevuste ja sündmuste toimumist <i>eile, täna, homme</i>;</li> <li>2) teab ööpäevaosasid, nädalapäevade ja aastaaegade järgnevust ja nimetusi;</li> <li>3) seostab nädalapäevi oma igapäevaste toimingutega, jälgib ja järgib päevaplaani;</li> <li>4) teab oma vanust ja sünnipäeva;</li> <li>5) tunneb kella täis- ja pooltunni täpsusega.</li> </ol> | <p>Õpilane:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) seostab sündmused ajaga;</li> <li>2) kasutab kalendrit; teab kuupäeva, järjestab kalendrikuud, suudab seostada kalendrikuud aastaaegadega;</li> <li>3) koostab, jälgib ja järgib päeva- ja nädalaplaani;</li> <li>4) teab kellaaja märkimise viise ja tunneb kella veerand- ja kolmveerandtunni täpsusega, seostab kellaaja igapäevategevustega.</li> </ol> |

## 6.4.2 Õppesisu

| Ajakujutlused                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| I arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | II arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | III arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <p>Aasta. Aastaja tajutavad tunnused.</p> <p>Päev - öö. Päeva osad: öö, päev. Inimeste tüüpilised tegevused päeval, öösel.</p> <p>Piltpäevaplaan.</p> <p>Õppetunni õppetsükli tegevuste piltlik jada.</p> <p>Isikliku päevaplaani täitmine: <i>praegu, enne, pärast, samal ajal</i>.</p> <p>Nädal. Kooli- ja puhkepäevad.</p> <p>Nädalapäevade PCS piltide, piktogrammide vm pildilise materjalina esitatult ära tundmine, seostamine vastavate värvide ja tähtedega.</p> <p>Enda sünnipäeva aastaeg.</p> | <p>Aastaaegade järgnevus, nimetused. Enda tegevuste seostamine aastaaegadega.</p> <p>Ööpäeva osad ja nende järgnevus: öö, päev, hommik, lõuna, õhtu, öö; iseloomulikud/ tuttavad tegevused ja seisundid.</p> <p>Täna, eile, homme, seostamine tunniplaaniga, nädalapäevade nimetustega.</p> <p>Eilsete tegevuste meenutamine. Suunatult lähituleviku plaanide tegemine.</p> <p>Enne, pärast, ruttu/ kiiresti, kaua.</p> <p>Täis- ja pooltund. Täistundide seostamine laste tegevustega.</p> <p>Täis- ja pooltunni määramine mehaaniliste ja elektrooniliste kellade abil.</p> <p>Vanus. Sünnipäev.</p> | <p>Aasta ja 12 kuud. Aastajaad, seostamine kuudega.</p> <p>Sündmuste ja tähtpäevade seostamine aastaaegadega.</p> <p>Nädala- ja kuupäeva seostamine toetudes kalendriks.</p> <p>Kalendri kasutamine. Kalendrist küsitud teabe leidmine.</p> <p>Kella tundmine. Täistund, pooltund, veerandtund, kolmveerandtund. Ajakavad: tv-kava, sõiduplaan, elektrooniline tablo, kohtumised, visiidi aeg jms.</p> <p>Ennelõunane ja pärastlõunane kellaeg, nt 8.00 – 20.00, 9.00 – 21.00 jne.</p> <p>Kuupäev ja kellaeg telekavas.</p> <p>Aja planeerimine seoses enda tegevusega. Plaanide tegemine.</p> |

## 6.5 Teema: Hulgakujutlused

### 6.5.1 Õpitulemused

| Hulgakujutlused                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                 |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| I arengutaseme lõpuks                                                                                                                                            | II arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                    | III arengutaseme lõpuks                                                                                                                         |
| <p>Õpilane:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>eristab hulki üks/palju; seostab hulga arvuga 1–2;</li> <li>ühendab hulki ja eraldab osahulki;</li> </ol> | <p>Õpilane:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>loendab esemeid, seostab hulga, arvu ja numbriga 1–10 piires;</li> <li>suudab abiga lahendada matemaatilisi jutukesi ja</li> </ol> | <p>Õpilane:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>loendab esemeid ning seostab hulga, arvu ja numbriga õpitud arvuvalla piires;</li> </ol> |

|                                                                     |                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|---------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 3) osaleb mängulises tegevuses matemaatilise jutukese lahendamisel. | jöukohaseid elulisi ülesandeid hulkade ühendamise, hulgast osa eraldamise ning võrdlemise kohta;<br>3) vastab küsimusele <i>mitu?</i> õpitu ulatuses. | 2) koostab matemaatilisi jutukesi etteantud hulkade järgi;<br>3) suudab võrrelda hulki (praktiliste vahendite abil), kasutades mõisted <i>rohkem, vähem, ühepalju</i> ;<br>4) jaotab praktiliste tegevustega hulki erinevateks osahulkadeks, ühendab osahulki üheks hulgaks. |
|---------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

### 6.5.2 Õppesisu

| Hulgakujutlused                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| I arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | II arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | III arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <p>Objektide rühma vaatlemine.</p> <p>Hulga suuruse tajumine: <i>üks-palju</i>.</p> <p>Hulkade moodustamine ühise tunnuse alusel.</p> <p>Standardsete hulkade tajumine. Hulk-arv seos ilma loendamiseta: kuni 2 elementi hulgas, hulkade ja hulgakaartide tajumine.</p> <p>Matemaatilised jutukesed hulkade praktiliseks muutmiseks - ühendamiseks, osahulga eraldamiseks.</p> <p>Eelharjutused tekstülesannete mõistmiseks.</p> | <p>Hulga samaväärsuse säilimine elementide asukoha ja paigutuse muutumisel.</p> <p>Objektide rühmade/hulgakaardi vaatlemine, üks-üheses vastavuses võrdlemine <i>peale/kõrvale</i> asetamisega. Tulemuse sõnastamine: <i>on samapalju, on rohkem, on vähem</i>.</p> <p>Hulkade võrdlemine ühe tunnuse (värvus, suurus, paigutus) järgi.</p> <p>Hulga moodustamine arvu, tunnuse, arvu ja tunnuse abil. Hulgale nimetuse leidmine.</p> <p>Hulkade praktiline suurendamine, vähendamine, võrdsustamine üksühesele vastavusele toetudes.</p> <p>Hulkade moodustamine elementide (võta pallid), arvu (võta kaks), elementide ühe kuni kahe tunnuse (võta suured punased), arvu ja tunnuse järgi (võta kaks suurt palli).</p> | <p>Hulkade praktiline suurendamine, vähendamine, võrdsustamine.</p> <p>Hulkade praktiline ühendamine, eraldamine, jaotamine osahulkadeks.</p> <p>Hulga koostisse kuuluvate osahulkade variatiivsus.</p> <p>Matemaatiliste jutukeste koostamine põhinedes etteantud hulkadele.</p> |

|  |                                        |  |
|--|----------------------------------------|--|
|  | Hulga elementide loendamine 10 piires. |  |
|--|----------------------------------------|--|

## 6.6 Teema: Kujutluse loomine arvust, tehted arvudega

### 6.6.1 Õpitulemused

| Kujutluse loomine arvust, tehted arvudega                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| I arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                                            | II arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | III arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <p>Õpilane:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>eristab hulki üks/palju; seostab hulga arvuga 1–2;</li> <li>eristab numbreid teistest sümbolitest.</li> <li>Moodustab ja eraldab hulki samade tunnuste alusel.</li> </ol> | <p>Õpilane:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>loendab esemeid, seostab hulga, arvu ja numbri 1–10 piires;</li> <li>teab naturaalarvude järjestust 1–10;</li> <li>loeb ja kirjutab õpitud numbreid;</li> <li>liidab ja lahutab loendamise teel viie piires;</li> <li>tunneb ja oskab abiga kasutada aritmeetilisi tehtemärke: +, –, =;</li> <li>kasutab suunatult kalkulaatorit;</li> <li>vastab küsimusele <i>mitu?</i> õpitu ulatuses.</li> <li>oskab abiga lahendada jõukohaseid elulisi/reaalseid hulkade moodustamise ja eraldamise ning võrdlemise ülesandeid;</li> <li>leiab objekte, seostab neid hulga, arvu ja numbriga.</li> </ol> | <p>Õpilane:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>loendab esemeid ning seostab hulga, arvu ja numbri õpitud arvuvalla piires;</li> <li>teab naturaalarvude järjestust õpitud arvuvalla piires, loeb ja kirjutab mitmekohalisi numbreid;</li> <li>liidab ja lahutab peast või abivahendeid kasutades õpitud arvuvalla piires;</li> <li>oskab võrrelda hulka praktiliste vahendite abil, kasutades mõisteid <i>rohkem-vähem-võrdsest</i>;</li> <li>jaotab praktilise tegevuse käigus hulgad erievateks alamhulkadeks, seob alamhulgad üheks hulgaks.</li> </ol> |

### 6.6.2 Õppesisu

| Kujutluse loomine arvust, tehted arvudega                                                                                                   |                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                  |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| I arengutasemel                                                                                                                             | II arengutasemel                                                                                                     | III arengutasemel                                                                                                                                                                |
| <p>Arv kui hulga tunnus: hulk-arv seos.</p> <p>Erinevatest asjadest hulkade loomine.</p> <p>Erinevate hulkade võrdlemine: üks ja palju.</p> | <p>10 piires erinevate ülesannete sooritamine hulkade toel: Hulkade moodustamine, koguse loendamine, võrdlemine.</p> | <p>Arvu liitehituse kasutamine liitmisel ja lahutamisel, arvu kümnendkoostise tutvustamine.</p> <p>Naturaalarvude järjestus 1-100 piires kasutades abivahendeid (arvutabel).</p> |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Suuliste instruksioonide alusel leidmine kus on üks ja palju.</p> <p>Hulga arvuga seostamine kahe piires.</p> <p>Numbrite kuju tundmine. Numbrite eristamine tähtedest, geomeetrilistest kujunditest, muudest objektidest.</p> <p>Numbrite piirjoonestamine, kirjutamine, voolimine, konstrueerimine.</p> <p>Erinevalt kirjutatud ja kujundatud samade numbrite rühmitamine.</p> <p>Loendamine vastavalt õpilase võimetele.</p> <p>Arvu suurendamine ja vähendamine toetudes abivahenditele (eeltöö liitmisele ja lahutamisele).</p> | <p>Uue arvu moodustamine eelmisele ühe juurdelisamise teel.</p> <p>Arvule vastavate hulkade tajumine ja moodustamine.</p> <p>Arvurida, arvu naabrid.</p> <p>Arvude õiges järjekorras nimetamine, panemine, kirjutamine.</p> <p>Arv-number. Seos: hulk-arv-number.</p> <p>Järgarvud (esimene, teine, kolmas, neljas, viies).</p> <p>Arvu ja järgarvu vastandamine.</p> <p>Hulga jaotamine osahulkadeks. Arvu koostis (liitehitus).</p> <p>Aritmeetiliste märkide tundmine ja kasutamine. Liitmise ja lahutamise loogika mõistmine.</p> <p>5 piires liitmine ja lahutamine abivahendite abil.</p> <p>Kahekohaliste numbrite moodustamine. Kirjutamine, lugemine, nimetamine.</p> <p>Kalkulaatoril olevate nuppude äratundmine ja leidmine. Kalkulaatori sihipärane kasutamine abiga.</p> | <p>Täiskümnete numeratsioon 100-ni.</p> <p>Arvuridade loomine kasvavas ja kahanevas järjekorras.</p> <p>Järgarvude praktiline kasutamine igapäevaelus.</p> <p>Liitmine ja lahutamine erinevate abivahendite abil õpitud arvuvalla piires.</p> <p>Mitmekohaliste numbrite moodustamine. Kirjutamine, lugemine, nimetamine.</p> <p>Kalkulaatori iseseisev kasutamine elulistes olukordades.</p> <p>Järgarvude praktiline kasutamine igapäevaelus.</p> |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## 6.7 Teema: Rahaühikud

### 6.7.1 Õpitulemused

| Rahaühikud                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                     |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|
| I arengutaseme lõpuks                                                                                                                                 | II arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                                    | III arengutaseme lõpuks                                                                             |
| Õpilane:<br>1) omab ettekujutust raha olemasolust ja funktsioonist;<br>2) 2) kasutab koostegEVuses mängulistes või praktilistes situatsioonides raha. | Õpilane:<br>1) tunneb käibel olevaid rahaühikuid õpitud arvuvalla piires, teab pangakaardi kasutamise võimalusi;<br>2) eristab 1- ja 2-euroseid münte eurosentidest;<br>3) kasutab suunamisel raha ostude eest maksmisel. | Õpilane:<br>1) kasutab raha õpitu piires kauba eest maksmisel;<br>2) kasutab pangakaarti maksmisel. |

### 6.7.2 Õppesisu

| Rahaühikud                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| I arengutasemel                                                                                                                                                                                   | II arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | III arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Sarnaste rahaühikute leidmine ja rühmitamine.<br>Erinevus paberraha ja mündite vahel.<br>Raha otstarve mõistmine.<br>Elementaarsed poemängud.<br>Müntide suuruse alusel võrdlemine / rühmitamine. | Euro: 5-, 10-, 20-, 50-eurosed paberrahad, nende äratundmine.<br>Euromündid (1ne ja 2ne euromünt).<br>Sendid, eristamine euromüntidest.<br>Paberraha vahetamine.<br>Poemäng.<br>Raha kasutamine suunamisel ostude, maksete tegemisel.<br>Pangakaardi, kinkekaardi, kliendikaardi otstarve ja kasutus.<br>Töötasu, pension, ostud, üür, erinevad teenused jne.<br>Praktilised ülesanded rahaga: ostmine, müümine, maksmine, laenamine.<br>Taskuraha. Raha kokkuhoid. | Raha saamine ja kasutamine.<br>Palk, pension, toetus, sisseostud, üür, erinevad teenused, jne.<br>Praktilised ülesanded rahaga: ostmine, müümine, maksmine, laenamine.<br>Eelarve koostamine, oma tulude ja kulude kokku lugemine. Raha kokkuhoid.<br>Raha kasvavas ja kahanevas järjekorras järjestamine.<br>Elementaarsete summade moodustamine täpsest rahast (nt 7 eurot, 5.50 eurot, 4 eurot).<br>Erinevate summade moodustamine. Raha vahetamine.<br>Väikeste ostude tegemine kooli sööklas. |

|  |                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | <p>Väikeste ostude tegemine kooli sööklas (kohv).</p> <p>Hinnasiltide otsimine ja lugemine.</p> <p>Hinna ja olemasoleva raha vaheline seos.</p> | <p>Väikeste ostude sooritamine kaupluses. Raha või pangakaardi ja kliendikaardi kasutamine maksmisel. Ostu sooritamine tavakassas ja iseteeninduskassas.</p> <p>Hinnasiltide leidmine ja lugemine. Hinna ja olemasoleva raha seos. Mõisted: <i>jätkub / ei jätku</i> raha.</p> <p>Internetipanga kasutamine.</p> <p>Teiste riikide rahaühikud ja nende erinevus Eesti (Euroopa) omadega võrreldes</p> <p>Taskuraha. Raha kokkuhoid.</p> |
|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## 6.8. Teema: Mõõtühikud ja mõõtmine

### 6.8.1 Õpitulemused

| Mõõtühikud ja mõõtmine                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| I arengutaseme lõpuks                                                                            | II arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | III arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <p>Õpilane:</p> <p>1) eristab suunatult objekti mõõdetavaid tunnuseid praktilises tegevuses.</p> | <p>Õpilane:</p> <p>1) kasutab suunatult mõõtevahendeid praktilises tegevuses;</p> <p>2) oskab mõõta mõõdupulgaga, sammudega, kaaluga;</p> <p>3) tajub lihastundlikkuse alusel raskemat ja kergemat;</p> <p>4) teab pikkusühikut meeter, raskusühikut kilogramm, mahuühikut liiter;</p> <p>5) sooritab abiga praktilisi mõõtmis- ja kaalumisülesandeid.</p> | <p>Õpilane:</p> <p>1) oskab mõõta õpitud mõõtevahenditega (kaal, joonlaud, meeter, mõõdulint, liitrine anum);</p> <p>2) teab erinevate mõõtühikute (pikkus-, raskus-, mahuühikud) nimetusi ja praktilist tähendust;</p> <p>3) teab enamlevinud mõõtühikute lühendeid (kg, g, cm, m, km, l, dl, ml);</p> <p>4) kasutab õpitud mõõtühikuid praktilises tegevuses.</p> |

## 6.8.2 Õppesisu

| Mõõtühikud ja mõõtmine                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| I arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                              | II arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | III arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <p>Kaalumine käega, objekti raskuse tajumine. Objektide võrdlemine: kerge ja raske.</p> <p>Asjade võrdlemine pikkuse ja laiuse alusel.</p> <p>Joonalaua abil joonte tõmbamine.</p> <p>Õpilase kaalumise ja pikkuse mõõtmine medõe juures.</p> <p>Kraadiklaasi kasutamine</p> | <p>Mõõtmine mõõdupulgaga, sammudega, sõrmedega. Mõõtmise tulemuse sõnastamine arvuga.</p> <p>Eri raskusega objektide võrdlemine lihastundlikkuse alusel (käega): kerge-raske, kergem-raskem, samasugused.</p> <p>Erinevad mõõduriistad: kaalud, joonlauad, mõõdulindid, mõõtekannud, termomeetrid.</p> <p>Kaalumine mehaanilise ja elektroonilise kaaluga. Kilogramm. Õpilaste kaalumise õppesituatsioonis. Oma kasvu teistega võrdlemine rivi moodustamisel. Õpilaste mõõtmine õppesituatsioonis.</p> <p>Pikkusühik meeter.</p> <p>Sirgjoone joonestamine etteantud mõõdu järgi. Sirgjoone mõõtmine.</p> <p>Eri mahuga anumad.</p> | <p>Pikkusühikud: mm, cm, m, km.</p> <p>Raskusühikud: g, kg.</p> <p>Õpilaste pikkus ja kaal, enda pikkuse ja kaalu teadmine. Järjestamine: pikka, keskmise või lühike kasvu.</p> <p>Mahuühikud: ml, dl, l.</p> <p>Mahu mõõtmine koduste vahenditega: klaas, lusikas, mõõtekann.</p> <p>Kaalu- ja mahuühikute kasutamine toiduvalmistamisel. Pakenditelt mõõtühikute leidmine ja lugemine.</p> <p>Juhendamisel mõõtühikute teisendamine.</p> <p>Termomeetrid. Kehatemperatuuri mõõtmine, näidu lugemine, seostamine terve - haige. Toa- ja välistemperatuuri mõõtmine, näidu lugemine, seostamine sobiva riietusega.</p> <p>Keha mõõdud ja vastava suuruse riietus ja jalanõud.</p> <p>Mõõtmine joonlauaga. Skaala.</p> |

## 6.9 Teema: Sotsiaalmatemaatika. Eluliste probleemide praktiline lahendamine

### 6.9.1 Õpitulemused

| Sotsiaalmatemaatika. Eluliste probleemide praktiline lahendamine |                                                  |                                                               |
|------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|
| I arengutaseme lõpuks                                            | II arengutaseme lõpuks                           | III arengutaseme lõpuks                                       |
| <p>Õpilane:</p> <p>1) osaleb mängulises tegevuses</p>            | <p>Õpilane:</p> <p>1) suudab abiga lahendada</p> | <p>Õpilane:</p> <p>1) kasutab kalkulaatorit igapäevaelus;</p> |

|                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| matemaatilise jutukese lahendamisel;<br>2) kasutab mängulises tegevuses suunatult tuttavaid digivahendeid, osaleb mõnes õpitud lauamängus. | matemaatilisi jutukesi ja jõukohaseid elulisi ülesandeid hulkade ühendamise, hulgast osa eraldamise ning võrdlemise kohta;<br>2) valib meelepärase laua- või arvutimängu, kasutab suunamisel õppetegevuses tuttavaid digivahendeid. | 2) asutab digivahendeid eesmärgipäraselt ja internetiohutuse algtõdesid silmas pidades;<br>3) oskab mängida lauamänge;<br>4) koostab ja lahendab elulise sisuga tekstülesandeid toetudes näitvahenditele ja praktilistele tegevustele;<br>5) oskab tervikut pooleks jaotada;<br>6) oskab kella sihverplaadilt leida pool- ja veerandtunni.<br>7) Oskab juhendamisel kasutada arvutiprogrammi põhifunktsioone. |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## 6.9.2 Õppesisu

| Sotsiaalmatemaatika. Eluliste probleemide praktiline lahendamine                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| I arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                    | II arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | III arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| Matemaatilised jutukesed hulkade praktiliseks muutmiseks: ühendamiseks, osahulga eraldamiseks.<br><br>Mängudes osalemine. Suunamisel oma järjekorra jälgimine.<br><br>Erinevad (õppe)mängud tahvelarvutis, arvutis, SMART tahvil jne. Õpperobotid. | Jutukesed matemaatilistest situatsioonidest, hulkade ja mõõtude seostest: ühendamine, kokkuloendamine, osahulga eraldamine, kahe hulga võrdlemine. Kasutatakse praktiliselt läbitehtavaid ülesandeid, mille lahendus on saavutatav situatsioonpildile toetudes.<br><br>Lauamängude valik vastavalt soovidele, situatsioonidele ja kaasmängijate arvule (paarismäng, rühmamäng).<br><br>Lauamängude lihtsamate reeglite mõistmine, teistele selgitamine.<br><br>Kalkulaatori kasutamine suunamisel. | Elulise sisuga 1-tehteliste tekstülesannete suunatud koostamine ja lahendamine, kusjuures ülesannet sisu modelleeritakse näitvahenditega (pildid, skeemid) või praktilise tegevusega.<br><br>Kalkulaatori kasutamine ja selle otstarve mõistmine. Kalkulaatori tarkvara leidmine ja kasutamine telefonis, tahvelarvutis, arvutis jne.<br><br>Digivahendite kasutamine õppimiseks ja meelelahutuseks. Nende kahte otstarve eesmärkide vahe mõistmine.<br><br>Digivahendite turvaline kasutus. |

|  |                                                                                       |                                                                                                                                                           |
|--|---------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | Digivahendite kasutamine.<br>Haridusrobotite abil lihtsamate algoritmite sooritamine. | Google Mapsi abil marsruudi koostamine ja järgimine.<br>Tervik, osa, üks neljandik, (kolm neljandikku).<br>Tuttava arvutiprogrammi avamine ja kasutamine. |
|--|---------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## 6.10 Teema: Tekstülesanded

### 6.10.1 Õpitulemused

| Tekstülesanded                                                                                              |                                                                                              |                                                                                                                                                           |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| I arengutaseme lõpuks                                                                                       | II arengutaseme lõpuks                                                                       | III arengutaseme lõpuks                                                                                                                                   |
| Õpilane:<br>Lahendab lihtsaid matemaatilisi ülesandeid abiga (eelharjutused tekstülesannete lahendamiseks). | Õpilane:<br>Lahendab praktilisi jõukohaseid tekstülesandeid, toetudes situatsioonipiltidele. | Õpilane:<br>Koostab ja lahendab eeskuju järgi elulisi praktilise sisuga tekstülesandeid, toetudes näitlikele vahenditele (pildid, skeemid) ja praktikale. |

### 6.10.2 Õppesisu

| Tekstülesanded                                                                                                                         |                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                              |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| I arengutasemel                                                                                                                        | II arengutasemel                                                                                                                                       | III arengutasemel                                                                                                                                                                            |
| Eelharjutused tekstülesannete mõistmiseks.<br>Matemaatilised ülesanded hulkadega praktikas (hulkade liitmine, osa eraldamine hulgast). | Matemaatilised jutukesed.<br>Hulkade ühendamise, liitmine, alamhulga moodustamine, kahe hulga võrdlemine. Praktilised ülesanded situatsioonipiltidele. | Sihipärane reaalsete/eluliste ühest tegevusest koosnevate ülesannete lahendamine, mille sisu näitlikustatakse visuaalsete abivahendite (pildid, skeemid) või elulis-praktiliste tegevustega. |

## 6.10 Soovitused õppetöö läbiviimiseks

- Õpilaste arengutasemetega arvestamine õppetegevuse kavandamisel ja läbiviimisel.

Matemaatika aines toimub õppetegevus kolmel arengutasemel: I arengutase, II arengutase, III arengutase.

Samaealiste toimetulekuõppel õppivate õpilaste kogemused, võimed, oskused ja teadmised erinevad tingituna puude spetsiifikast, kaasuvatest diagnoosidest ja eelnevatest elulis-praktilistest kogemustest.

Ühes klassis õppivad õpilased võivad olla matemaatika aines erinevatel arengutasemetel.

Õppetegevuse kavandamisel ja läbiviimisel lähtutakse iga konkreetse õpilase kogemustest, võimetest, oskustest ja teadmistest. Õpilane jõuab järgmisele arengutasemele erinevates matemaatika aine valdkondades vastavalt individuaalsele arengu tempole (vt [Mõiste "arengutase" kasutamine toimetulekuõppes.](#)).

- **Üldised soovitusused õppetöö läbiviimiseks.**

Uusi matemaatikaalaseid oskusi ja teadmisi õpetatakse osaoskuste kaupa kasutades mängulisi ja elulisi situatsioone.

Soovitusi ja meetoodilisi nõuandeid õppetöö läbiviimiseks leiab HEV õpilastele mõeldud õppevara koduleheküljelt. <https://hev.edu.ee/>

- **Matemaatika töölehtede komplekt I** <https://hev.edu.ee/154-2/>
  - Hulgad.
  - Suurusmõisted ja võrdlemine.
  - Arv ja number 1–5.
- **Matemaatika töölehtede komplekt II** <https://hev.edu.ee/163-2/>
  - Arv ja number 6–12.
- **Matemaatika töölehtede komplekt III** <https://hev.edu.ee/164-2/>
  - Kogumiku iga numbrit käsitleva esimese töölehega (1a, 2a, 3a jne) on võimalus korrata ning kinnistada juba kogumikes „Matemaatika I“ ja „Matemaatika II“ õpitud arve ja numbreid.
  - Järgarvud.
  - Loendamisoskuse kinnistamine.
  - Suuliste eluliste matemaatiliste jutukeste koostamine töölehtede põhjal liitmis- ja lahutamisoskuse kujundamiseks.
  - Liitmisoskuse kujundamine ja kinnistamine.
    - Lahutamisoskuse kujundamine ja kinnistamine.
    - Töölehed võimekamatele iseseisvaks tööks.
  - **Matemaatika töölehtede komplekt IV** <https://hev.edu.ee/165-2/>
    - Kaal ja kaalu-/massiühikud.
    - Raha ja rahaühikud.
    - Aeg ja ajaühikud.

# Muusikaõpetus

## 1. Muusikaõpetuse aine õppetegevuse kirjeldus ja õpetuse eesmärgid

Muusikaõpetus lõimub teiste õppeainetega, soodustab eneseväljendamist, suhtlemist ja kõne arengut.

Õpitemgevus sisaldab muusika kuulamist, laulmist, pillimängu, muusikalis-rütmilist liikumist, mängu ja tantse.

Muusikapalade valikul arvestatakse õpilaste ea- ja jõukohasusega ning õpilaste huvidega.

Kujundatakse ja arendatakse õpilase muusikalisi võimeid ja oskusi. Laulu ja muusika abil suunatakse õpilasi väljendama oma tundeid, õpetatakse tajuma erinevaid meeleolusid ja kujundatakse muusikalist maitset.

Muusikaõpetusel on oluline roll õpilastele rahvuskultuuri tutvustamisel, selles osalemisel, rahvuskommitee ja -tavade õpetamisel.

Olulisel kohal on koos laulmine ja musitseerimine, mille kaudu saadakse koostegutsemise positiivne kogemus.

Õpilasel positiivse minapildi ja eneseväljendusoskuse kujundamiseks esinetakse koolis ja väljaspool kooli.

## 2. Üldpädevuste kujundamine muusikaõpetuse aines

Toimetulekuõppes käsitatakse pädevust kui võimete kohaste teadmiste, oskuste ja hoiakute kogumit, mis tagab suutlikkuse teatud tegevusalal või valdkonnas toime tulla. Muusikaõpetuse aine õpetamine toetab õpilastel õppekava läbivate taotletavate kohandatud üldpädevuste kujunemist.

Muusikaõpetuse soovituslikus ainekavas on õpitulemuste saavutamiseks kirjeldatud tegevusi järgmistes teemavaldkondades:

- Muusika kuulamine.
- Muusika saatel liikumine.
- Laulmine.
- Pillimäng.

Loetletud teemavaldkondade tegevuste lõimimise kaudu õppetegevuses ja igapäevaste tegevuste raames kujunevad õpilastel õppekava läbivad üldpädevused.

### Kultuuri- ja väärtuspädevus

Muusikaõpetuse tundides õpivad õpilased väärtustama rahvalaulude kaudu oma kultuuri. Kaaslastega koos musitseerides, tantsides ning laulu- ja tantsumänge mängides areneb positiivne suhtumine iseendasse ja kaaslastesse. Teiste inimeste poolt esitatud laulude ja pillimängu kuulamine arendab sallivust erinevate inimeste ja nende tegevuste suhtes. Õpilased õpivad tundma Eesti hümnit, tutvuvad isamaalise repertuaariga. Õpilased tutvuvad Eesti ja teiste riikide rahvalaulude, -pillide ja -tantsudega.

### Sotsiaalne ja kodanikupädevus

Ühises loomingu osalemise läbi õpivad õpilased arvestama nii enda kui kaaslaste mõtete ja soovidega. Muusika ja liikumisega seonduvates elulistest ja mängulistest olukordades õpivad õpilased esialgu suunatult ning seejärel iseseisvalt käituma vastavalt situatsioonile ja kokkulepitud reeglitele, sh järgima mängureegleid, ootama enda järjekorda jms. Õpilased

õpivad tajuma ja mõistma enda ja kaaslaste emotsioone ning enda käitumist vastavalt reguleerima.

### **Enesemääratluspädevus**

Individuaal-, paaris- ja rühmatöodes, õppekäikudel jms osaledes kujuneb õpilastel arusaamine iseendast ja kaaslastest. Pillimuusika ja laulu kaudu õpivad õpilased mõistma ja aktsepteerima enda ja kaaslaste erinevusi. Praktilistes muusikategevustes osaledes õpivad õpilased aru saama enda ja kaaslaste abivajadusest, nad õpivad abi küsima ja kaaslasti vajadusel abistama. Õpilased õpivad käsitlema erinevaid pille kogedes ohutusnõuete täitmise olulisust vahetu praktilise kogemuse läbi.

### **Õpipädevus, matemaatika-, loodusteaduste ja tehnoloogiaalane pädevus**

Õpilasi kaasatakse võimetekohaselt muusikaõpetuse tegevuse (pillimäng, ühislaul, tants) kavandamisse, suunatakse alustatud lõpule viima ja teostama enesekontrolli, nt võrdlema enda pillirütmi õpetaja omaga. Õpilasi suunatakse kasutama omandatud elulis-praktilisi lugemis- ja kirjutamisoskusi ning matemaatilisi oskusi muusikaõpetuse raames: õpilased loevad piltide, skeemide, tekstina vms esitatud juhendeid, loevad lihtsat takti nt marsimuusika järgi tantsides/sammudes jms. Muusikalistes tegevustes osalemise kaudu õpivad õpilased täitma jõukohaseid ülesandeid nii individuaalselt kui rühmas tegutsedes.

### **Suhtluspädevus**

Õpilased õpivad kuulama, mõistma ja järgima õpetajapoolseid juhiseid, selgitusi jms. Ühise muusikategevuse raames õpivad õpilased suhtlema kaaslastega, väljendama enda soove, tundeid ja mõtteid, küsima ja pakkuma abi. Õpilaste suhtlusakte tuleb toetada ning suunata neid üha enam osalema vestlustes, lauludes, tantsudes, pillimängus.

### **Ettevõtlikkuspädevus**

Õpilased tunnevad rõõmu ja saavad eduelamuse huvipakkavas ja jõukohases muusikalises tegevuses osalemisest. Õpilasi suunatakse ja nad õpivad alustatud tegevust (laulu või tantsu selgeks õppimine) lõpuni viima. Õpilasi kaasatakse muusikaliste ürituste korraldamisse.

### **Digipädevus**

Muusikaõpetuse tundide mitmekesistamiseks kasutatakse õpilasele arusaadavaid ja jõukohaseid infotehnoloogilisi vahendeid. Igapäevase õppetegevuse osana suhtlemisvõimaluste loomiseks kasutatakse vajadusel õpilase arengutasemele vastavat kommunikaatorit.

## **3. Muusikaõpetuse aine lõiming õppekava läbivate teemadega**

Õppekava läbivad teemad on üld- ja valdkonnapädevuste ning erinevate õppeainete lõimingu vahendiks. Õppekava läbivaid teemasid arvestatakse toimetulekuõppel oleva õpilase eripärasid arvestava ning toimetulekuõppe metoodikast lähtuva kohandatud õppimist ja arengut toetava koolikeskkonna loomisel. Läbivad teemad on aineülesed ja käsitlevad ühiskonnas olulisi valdkondi, mis läbi kujuneb õpilasel ettekujutus ühiskonna kui terviku toimimisest ning arengust. Õpilasel kujuneb oskus vastavalt oma võimetele omandatud oskusi ja teadmisi elulis-praktilistes olukordades rakendada. Õppekava läbivad teemade käsitlemine toimub kõikides muusikaõpetuse aine teemavaldkondades.

### **Elukestev õpe ja karjääri kujundamine**

Huvipakkuva ja jõukohase muusikaliste tegevuste kaudu areneb õpilastes huvi ümbritseva keskkonna esemete ja nähtuste vastu ning soov osaleda erilaadsetes muusikategevustes. Õpilastel kujuneb positiivne hoiak õppimise ning lihtsate muusikaliste tegevuste, laulmise ja muusikakuulamise vastu. Õpilasi suunatakse tajuma helisid enda ümber ja mõistma enda võimeid pillimängus, ringmängudes ja laulmisel. Kujunevad oskused ja harjumus eesmärgi saavutamiseks järjepidevalt ennast arendada. Õpilased arvestavad tegutsemisel kokkulepitud reeglitega, alluvad distsipliinile ja on valmis tegutsema eesmärgi saavutamise nimel. Õppekäikudel saavad õpilased tutvuda erinevate muusikariistade, lauljate, ansambelite ja orkestritega, kuulata muusikat kontsertsaalides.

### **Keskkond ja jätkusuutlik areng**

Õpilased suudavad leida ümbritsevast keskkonnast helisid tekitavaid materjale, mängida nn looduslikel pillidel (puit, metall, klaas). Metsas õppekäigul on võimalus arendada säästvat ja heaperemehelikku suhtumist loodusesse, kuulata loodushääli.

### **Kodanikualgatus ja ettevõtlikkus**

Muusikaliste tegevuse kaudu omandab õpilane oskused kavandada ja teostada enda muusikalisi ideid. Õpilasel kujuneb positiivne suhtumine enda ja teiste muusikalistesse tegevustesse. Õpilasi suunatakse kaaslastele enda loomingut tutvustama, osalema muusikaprojektides ja neid suunamisel algatama. Kaaslastega koos paaris- ja rühmatöid tehes omandavad õpilased esmased koostööoskused. Õpilased osalevad enda etteastetega koolipidudel, võtavad osa laulukonkurssidest. Õppetöö osana külastatakse erinevaid muusikaüritusi nii avalikus ruumis kui kontsertsaalides ja muuseumides.

### **Kultuuriline identiteet**

Õpilasi suunatakse kuulama ja ära tundma Eesti kultuurile omast rahva- ja instrumentaalmuusikat ning lauluvara. Õpitakse ära tundma Eesti hümni ja osalema selle esitamisel. Õpilased õpivad tundma eesti muusikuid ja lauljaid ning osalema laulude esitamisel.

### **Tehnoloogia ja innovatsioon**

Muusikaõpetuse teemavaldkondade raames saab kasutada õppetegevuse mitmekesistamiseks erinevaid õpilaste arengule vastavaid seadmeid, digikeskkondi ja rakendusi. Kui õpilane kasutab verbaalset kõnet toetavat või asendavat digivahendit tuleb õpilast suunata seda järjepidevalt kasutama õppetegevuses. Kasutusel olevat AAC vahendit tuleb tutvustada kõikidele õpilasega tegelevatele täiskasvanutele ja kaasõpilastele.

### **Tervis ja ohutus**

Õpilasi suunatakse võimalikult adekvaatselt hindama enda võimeid, ohutult käsitlema õppevahendeid, arvestama vahendite kasutamisel kaaslastega jms. Õpilastel kujundatakse teadmised ja oskused ohtude märkamiseks, ohtudest hoidumiseks ning enda ja teiste abivajaduse märkamiseks ning abi kutsumiseks.

### **Väärtused ja kõlblus**

Toimetulekuõppes on õpilaste õpimotivatsiooni tõstmise seisukohalt määrava tähtsusega õpilase ja õpetaja positiivne ühistegevus. Selleks, et õpilastel kujuneks soov osaleda muusikalistes tegevustes, peab õpetaja toetama positiivse hinnangu andmisega õpilaste osalemissoovi. Oluline on rõhutada, et toimetulekuõppes ei ole muusikas õiget ja vale, oluline on tegutsemisrõõm. Muusikaõpetuse kaudu õpivad õpilased tundma iseennast, märkama enda ja kaaslaste emotsioone ning nende väljendamise võimalusi laulmise, pillimängu ja teiste muusikaliste tegvuste kaudu. Ühiste tegevuste, sh õppekäikudel osalemise kaudu kujunevad õpilastel suhtlemisoskused ja positiivsed väärtushinnangud. Õpilastega külastatakse erinevaid muusikaüritusi ja seejärel analüüsitakse ühiselt kuuldut ja nähtut.

## **4. Muusikaõpetuse aine lõiming teiste õppeainetega**

### **Muusikaõpetus ja elu- ja toimetulekuõpe**

Muusikaõpetus toetab elu- ja toimetulekuõppe teemade omandamist. Muusikatundides saavad õpilased kuulata või laulda temaatilisi laule, kuulata pillilugusid, anda muusika ja rütmi abil edasi oma emotsioone. Rahvalaulude kuulamine ja õppimine aitab tutvustada Eesti kultuuripärandit. Erinevate rahvaste ja maade muusika, laulude ja pillidega tutvudes õpivad õpilased mõistma ja hindama erinevusi rahvaste kultuurides ja kommetes. Küllastades kontserte ja muusiküritusi õpivad õpilased käituma vastavalt üldkehtivatele käitumisnormidele.

### **Muusikaõpetus ja emakeel**

Muusikaliste tegvuste läbiviimisel kasutab õpetaja õpilaste kõnest arusaamise tasemele

vastavaid verbaalseid ja alternatiivseid suhtlusvahendeid. Õpilasi suunatakse aktiivselt kasutama olemasolevaid verbaalseid ja/või alternatiivseid suhtlusvahendeid, vajadusel verbaliseerib õpetaja õpilaste tegevust. Laiendatakse käsitletavate teemavaldkondade kaupa õpilaste passiivset ja aktiivset sõnavara. Õpilasi suunatakse osalema loomulikes suhtlussituatsioonides, küsima küsimusi ja avaldama oma arvamust. Muusikatundides on võimalus õpilastel kasutada eesti keele tundides õpitud sõnu, häälitsusi (nt loomahääled) ja emotsioone ning tegevusi väljendavaid žeste. Eesti keele tunnid on võimaluseks õppida laulusõnu.

### **Muusikaõpetus ja matemaatika**

Muusika aine raames on võimalik toetada õpilase arusaamist aja rütmilisest kulust kuulates ja pillidel mängides erinevate pikkustega meloodiaid ja liisusalme. Rütmiharjutusi võib kombineerida kindla pikkusega rütmikujunditega. Seeläbi kujuneb oskus mõista (kella)aega. Erinevaid pille võib omavahel võrrelda suuruse, kuju, kaalu jms alusel.

### **Muusikaõpetus ja kunst ja käeline tegevus**

Kunsti ja käelise tegevuse tundides meisterdatakse erinevaid (rütmil)pile. Omavalmistatud pille saab kasutada muusikatundides või esinemistel. Kunstilise tegevuse läbi saavad õpilased väljendada emotsioone, mis neil tekivad kindlat muusikapala kuulates.

### **Muusikaõpetus ja tööõpe**

Muusikaõpetuse tundides on õpilasel võimalus korrastada õpetaja toetusel esinemiseks lava (esinemisplats) ja hiljem kõik uuesti korda seada. Nii õpitakse ise vastutama oma esinemispaiga korrashoiu eest.

### **Muusikaõpetus ja rütmika ning kehaline kasvatus**

Muusikaõpetus, kehaline kasvatus ja rütmika on tihedalt omavahel seotud õppeained. Muusikatundides esineb rohkelt rütmika elemente ning vastupidi. Muusika tunnis liigutakse rütmi saatel, rütmikatunnis saadetakse liikumistegevusi rütmipillidega ning sageli ka lauluga. Liikumismängud toimuvad muusika ja laulu saatel, samuti tantsimine. Spordivõistlustel esitatakse riikide hümne ja ergutuslaule.

## **5. Muusikaõpetuse aine rõhuasetused**

| <b>I arengutasemel</b>                                                                                                                                                                                                                                              | <b>II arengutasemel</b>                                                                                                                                                                                                                                     | <b>III arengutasemel</b>                                                                                                                                                                                                                             |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Õpilastes äratatakse huvi rütmi ja muusika vastu.</p> <p>Õpetatakse koostevõttes või täiskasvanut matkides sooritama erineva rütmi ja tempoga liigutusi rütmipille ja laulumänge mängides.</p> <p>Õpilast suunatakse kuulama muusikat ja sellele reageerima.</p> | <p>Süvendatakse õpilaste muusikahuvi.</p> <p>Õpetatakse mängima rütmipilli lugusid ja laulma lihtsaid laule.</p> <p>Tutvustatakse erinevaid pille.</p> <p>Suunatakse hindama muusikat põhimõttel meeldib-ei meeldi.</p> <p>Külastatakse muusikaüritusi.</p> | <p>Õpilasi suunatakse tegema muusikalisi valikuid ja tegelema muusika kui harrastusega.</p> <p>Süvendatakse pillimänguoskusi.</p> <p>Õpetatakse koos laulmist ja musitseerimist.</p> <p>Suunatakse valima ja külastama meeldivat muusikaüritust.</p> |

## 6. Muusikaõpetuse aine õpitulemused, soovituslik õppesisu ja soovitusused õppetöö läbiviimiseks

### 6.1. Õpitulemused

| Muusika kuulamine                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| I arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | II arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | III arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <p>Õpilane:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) eristab inimhääli teistest hääldest;</li> <li>2) tunneb ära korduvad hääled ja müra ruumis ja looduses;</li> <li>3) tunneb huvi muusika vastu;</li> <li>4) eristab ühe ja mitme rütmipilli heli;</li> <li>5) reageerib vastavalt muusika iseloomule kas käte, jalgade või keha liikumisega;</li> <li>6) tunneb ära õpitud laule;</li> <li>7) jälgib kaaslaste esinemist klassis ja kooli üritustel.</li> </ol> | <p>Õpilane:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) tunneb ära erinevaid loodushääli, eristab inimhääli;</li> <li>2) eristab muusikapalade tunnuseid (kurb – rõõmus), kiiret ja aeglast rütmi;</li> <li>3) eristab õpitud tantsuviisi ja marssi;</li> <li>4) tunneb ära kuuldud laule;</li> <li>5) külastab lastekontserte.</li> </ol> | <p>Õpilane:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) eristab rahva-, levi- ja klassikalist muusikat;</li> <li>2) eristab soololaulu koorilaulust;</li> <li>3) eristab kõrget ja madalat häält;</li> <li>4) eristab orkestrit üksiku muusikainstrumenti mängust;</li> <li>5) visualiseerib kuuldud muusikapala;</li> <li>6) kuulab muusikat vabaaja tegevusena, külastab kontserte.</li> </ol> |
| Muusika saatel liikumine                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| I arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | II arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | III arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <p>Õpilane</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) matkib liigutusi;</li> <li>2) liigub spontaanselt muusika saatel;</li> <li>3) liigub õpetaja eeskujul vastavalt muusikale,</li> <li>4) osaleb lihtsates laulu- ja ringmängudes;</li> <li>5) esineb klassi- ja kooli üritustel.</li> </ol>                                                                                                                                                                       | <p>Õpilane</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) liigub vastavalt muusika tunnustele (kiire- aeglane, rõõmus-kurb jms);</li> <li>2) tantsib vaba tantsu muusika saatel;</li> <li>3) osaleb laulu-ja ringmängudes;</li> <li>4) 4) esineb kooli üritustel.</li> </ol>                                                                  | <p>Õpilane</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) osaleb tantsukavades, seltskonnatantsudes jms;</li> <li>2) 2) esineb kogukondlikel ja vabariiklikel üritustel.</li> </ol>                                                                                                                                                                                                                 |
| Laulmine                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| I arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | II arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | III arengutaseme lõpuks                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <p>Õpilane:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) kuulab õpetaja laulu ja/või laulab kaasa;</li> <li>2) osaleb mõne õpitud laulu esitamisel;</li> <li>3) tunneb ära õpitud laule.</li> </ol>                                                                                                                                                                                                                                                                     | <p>Õpilane</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) laulab õpitud laste- ja rahvalaulu valjult ja vaikselt,</li> <li>2) muudab hääle tugevust;</li> </ol>                                                                                                                                                                               | <p>Õpilane:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) osaleb koorilaulus;</li> <li>2) laulab jõukohast soololaulu;</li> </ol>                                                                                                                                                                                                                                                                  |

|                                                                                                                  |                                                                                               |                                                                                                                  |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                  | 3) esineb (koos)lauluga kooliüritustel, saadab end rütmipillil.                               | 3) esineb/osaleb kogukonna ja vabariiklikel üritustel.                                                           |
| <b>Pillimäng</b>                                                                                                 |                                                                                               |                                                                                                                  |
| <b>I arengutaseme lõpuks</b>                                                                                     | <b>II arengutaseme lõpuks</b>                                                                 | <b>III arengutaseme lõpuks</b>                                                                                   |
| Õpilane<br>1) teeb kaasa kehapilliharjutusi;<br>2) kasutab rütmipille;<br>3) mängib muusikale kaasa rütmipillil. | Õpilane:<br>1) kasutab erisuguseid rütmipille;<br>2) mängib järgi ettemängitud lihtsat rütmi. | Õpilane:<br>1) tunneb õpitud muusikainstrumente ja orkestripille;<br>2) osaleb ansamblimängus jõukohase pilliga. |

## 6.2. Õppesisu

| <b>Muusika kuulamine</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>I arengutasemel</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <b>II arengutasemel</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <b>III arengutasemel</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Inimhääle eristamine teistest häältel.<br><br>Helid ja mürad looduses ja linnaruumis.<br><br>Erinevates ruumides olevate helide märkamine/tundmine (pesumasin, kohvimasin, ventilatsioonihelid jms).<br><br>Liisutamise, lihtsate lastealulude jm kuulamine.<br><br>Rütmi ja pausi tajumine muusikas, nt liisutamise kaudu.<br><br>Reageerimine vastavalt muusika iseloomule (plaksutamine, lehvitamine, käte, jalgade, keha liigutamine).<br><br>Rütmipilli kasutamine vastavalt kuulatavale muusikapalale.<br><br>Kaaslase esinemise jälgimine. | Loodushääle eristamine ja tundmine.<br><br>Erinevate lauluhääle äratundmine laulus (nais-, mees-, lastehääled).<br><br>Erižanriliste muusikapalade kuulamine., rõõmsa - kurva muusikapala eristamine.<br><br>Erineva tempoga/rütmiga muusikapalade kuulamine (kiire, aeglane, marsimuusika jms).<br><br>Arengutasemele vastavate kontsertide külastamine. | Rahvamuusika, levimuusika ja klassikalise muusika kuulamine.<br><br>Muusikapalade kuulamine: soololaul ja koorilaul.<br><br>Koorilaulu kuulamine: kõrge ja madal hääle.<br><br>Pillimängu kuulamine: erinevad pillid, orkester.<br><br>Muusikapala kuulamisel tekkivate emotsioonide väljendamine kunstilise tegevuse kaudu.<br><br>Muusikaetenduste ja kontsertide külastamine.<br><br>Muusika kuulamine kui harrastus. |
| <b>Muusika saatel liikumine</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |

| I arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                          | II arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | III arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Vaba liikumine muusika saatel.</p> <p>Liikumised koos õpetajaga vastavalt laulu tekstile ja muusika meeleolule.</p> <p>Lihtsad laulumängud mängu juhi liikumise jälgendamisega.</p> <p>Klassi ja kooli üritustel esinemine õpitud laulumängudega.</p> | <p>Muusikapala tunnuste väljendamine liikumises.</p> <p>Rütmikas õpitud tantsuelementide (kõnd, jooks, keerutamine, liikumine hanereas, liikumine paarilisega) kasutamine õpetaja seatud tantsudes.</p> <p>Ringmängud laulu saatel. Eesti traditsioonilised laulumängud paarilise valimisega.</p> <p>Lihtsamad tantsud õpitud tantsusammudega.</p> <p>Vaba tants.</p> <p>Kooli üritustel esinemine õpitud laulumängude, tantsude ja liikumiskavadega.</p> | <p>Võimalikult täpne liikumine vastavalt muusika rütmile ja karakterile (liikumisharjutused ja pausi tajumine jms).</p> <p>Paarilise leidmine ja tantsimine koos paarilisega.</p> <p>Liikumine ja tantsimine kaaslasega või rühmas.</p> <p>Kogukonna või vabariiklikel üritustel esinemine/osalemine tantsude ja liikumiskavadega.</p> <p>Muusikaline liikumine, sh tants kui harrastus.</p> |

### Laulmine

| I arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | II arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | III arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Õpetaja laulmise kuulamine, jälgimine, laulu osaline kaasaulmine.</p> <p>Kooslaulmisel osalemine (nt plaksutab ja/või laulab kaasa vms).</p> <p>Nime- ja teretamislaulud.</p> <p>Kehaosade laulud.</p> <p>Laulud vastavalt päevaosale, aastarütmile.</p> <p>Laulude saatmine liigutustega.</p> <p>Jõukohane esinemine teistele.</p> | <p>Jõukohaste rahva- ja lastelaulude laulmine.</p> <p>Tuttavate meloodiate äratundmine. Laulu seostamine sisule vastava karakteriga.</p> <p>Ilmekas laulmine, hääle tugevuse ja tempo muutmine lauldes.</p> <p>Laulmine mitmekesi ühtses tempos.</p> <p>Hoidumine hääle liigsest pingutamisest.</p> <p>Enda salvestatud (laulu)hääle äratundmine.</p> <p>Tunnete väljendamine laulu ja muusika abil.</p> | <p>Eakohaste laulude (lemmiklaulud) laulmine.</p> <p>Seltskonnalaulud: kooslaulmine, muusikalised mängud, pillisaated.</p> <p>Laulmine koos liikumise, liigutuste või pillimänguga.</p> <p>Esinemine kontserdil koolis või/ja väljaspool kooli: oma ja teiste tegevuse koostööstamine.</p> <p>Hääle tugevuse võimendamine (võimendustehnika, mikrofonid).</p> <p>Hääle salvestamine.</p> <p>Karaoke.</p> <p>Hoidumine liiga valjust helist (muusika, müra) kui</p> |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Laulu sisu edastamine draamaelemente kasutades.<br><br>Esinemine kooliüritustel soolo- või rühmalauluga.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | kahjustavast toimest kuulmisele.<br><br>Osalemine lauluvõistlustel.<br><br>Laulmine kui harrastus.                                                                                                                           |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Pillimäng                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                              |
| I arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | II arengutasemel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | III arengutasemel                                                                                                                                                                                                            |
| Muusikale kaasamängimine kehapillil (rütmi kaasa plaksutamine) õpetajaga koos või ettenäitamisel.<br><br>Erinevate rütmipillidega tutvumine.<br><br>Õige pillihoiu harjutamine.<br><br>Rütmi kaasamängimine saatemuusikaga (randmekuljused, marakas, kõlapulk jne)<br><br>Mängimine pillil (üks heli, heli ja vaikuse vaheldumine, palju helisid).<br><br>Pillimängu järjekorra ootamine.<br><br>Kaaslastega korraka heli tekitamine. | Rütmide kuulamine ja taasesitamine keha- ja rütmipillidel, aeglane ja kiire rütm.<br><br>Rütmipillidel mängimine.<br><br>Rütmi mängimine muusika saateks.<br><br>Enamlevinud pillidega tutvumine.<br><br>Erinevatel pillidel mängitud tuttava muusikapala äratundmine, kasutatud pilli nimetamine.<br><br>Eesti rahvapillidega tutvumine.<br><br>Rahvapillidel mängitud palade kuulamine.<br><br>Eesti rahvamuusikaga tutvumine. | Erinevast materjalist pillide kuulamine.<br><br>Kaasmängud rütmi- ja meloodiapillidel õpitud lauludele ja instrumentaalpaladele.<br><br>Osalemine ansamblimängus jõukohase pilliga mängides.<br><br>Pillimäng kui harrastus. |

### 6.3 Soovitused õppetöö läbiviimiseks

- **Õpilaste arengutasemetega arvestamine õppetegevuse kavandamisel ja läbiviimisel**

Muusikaõpetuse aines toimub õppetegevus kolmel arengutasemel: I arengutase, II arengutase, III arengutase.

Samaealiste toimetuleku õppekava järgi õppivate õpilaste kogemused, võimed, oskused ja teadmised erinevad tingituna puude spetsiifikast ja kaasuvatest diagnoosidest.

Ühes klassis õppivad õpilased võivad olla muusikaõpetuse aines erinevatel arengutasemetel.

Õppetegevuse kavandamisel ja läbiviimisel lähtutakse iga konkreetse õpilase kogemustest, võimetest, oskustest ja teadmistest. Õpilane jõuab järgmisele arengutasemele muusikaõpetuse aine valdkondades vastavalt individuaalsele arengu tempole (vt [Mõiste "arengutase" kasutamine toimetulekuõppes](#)).

- **Õpilase julgustamine, positiivne tagasiside**

- Tunnustada tuleb õpilase soovi muusikategevustes osaleda. Muusikaõpetus laulu ja pillimänguga loob hea võimaluse anda õpilasele positiivset tagasisidet. Rõõmsad laulud pakuvad lapsele rõõmu, pillimäng võimaldab lapsel saada emotsionaalset lõõgastust.
- Muusikaõpetuses ei ole õiget ja valet. Oluline on õpilase soov osaleda muusikalistes tegevustes: mängida pilli, laulda, liikuda muusika saatel.
- **Rütmilise liikumise ja laulumängude kasutamine muusikaõpetuses**
  - Knill programm harjutused. Knill on kehatunnetus-, kontakti- ja kommunikatsiooni-harjutuste programm, mille eesmärgiks on luua raamistatud tegevus ja selle kaudu arendada kehataju, sotsiaalset suhtlemist ja vastastikust tegevust. Iga harjutust toetab kindel tunnusmeloodia, seeläbi on lapsel/noorel võimalus ühendada kuuldud meloodiat konkreetse tegevusega. Harjutusmaterjali leiab näiteks [Youtube.com](https://www.youtube.com) veebikeskkonnast.
  - Just Dance programmi alusel liikumine iseseisvalt või eeskuju järgi (eeldab programmi olemasolu koolis). Programm on emotsionaalselt väga köitev. Tähelepanu hoida lapse emotsionaalsel eneseväljendusel, mitte liigutuste sooritamise täpsusel.
- **Laulmine**
  - Toimetuleku õppel õppiv õpilane armastab väga laulda. Laulmise eelharjutusteks sobivad väga sõrme/näpumängud. Sõrmemängude abil on lapsi tore innustada kaasa mõtlema ja rääkima. Samuti on sõrmemängude mängimine tore tegevus esinemisjulguse arendamisel.
  - Esimesteks lauluharjutuseks sobivad lihtsad lastelaulud kaasalaulmiseks. Sõnade hääldus ei ole siinkohal olulisim, tähtis on valmisolek laulda. Liigutused, mis laulu saadavad, saab iga õpetaja vastavalt õpilaste võimetele, ise välja mõelda.
  - Lastekaraoke.
- **Pillimäng laulu saateks ja tutvumine erinevate pillidega.**
  - Õppekäik pillimeistri juurde tutvumaks, kuidas tehakse erinevaid pille.
  - Instrumentide valmistamise töötoad, kus laps saab ise endale pilli meisterdada (saab integreerida kunsti ja käelise tegevuse tunniga).
- **Esinemised koolis ja väljaspool kooli.**
  - Esinemine koolipidudel.
  - Võimalusel osaleda erinevatel esinemistel väljaspool kooli.
  - Lihtne dramatiseering koos lauludega.
- **Kontserdid koolis ja väljaspool kooli**
  - Popartistide kutsumine kooli.
  - Kontsertide külastamine vastavalt võimalustele.

## 7. Soovituslik õppevara

7.1 Toimetulekuõppe tasemele koostatud õppevara

Paluveer, S., Pihlak, U. Tähelaulud. <https://hev.edu.ee/193-2/>

7.2 Valik soovituslikest lisamaterjalidest

eKoolikott. [Põnev ja innovaatiline muusikategevus lasteaias või kodus.](#)

Kumpas, A., Vikat, M. (2001). Lapse varajasest muusikalisest arengust. Väikelaps ja tema kasvukeskkond II. Tallinn: TPÜ, lk 37–53.

Liivak, M. Kaks sammu sissepoole. Ringmängulaulud.

Luke, S. (2017). [Rõõmus päev koos lauluga](#).

Nugis, E. [Mäng muusikas](#).

Valiku lastelaule koos videotega võib leida [siit](#).