

Hilariuse Kooli toimetulekuõppe ainekava

1. Üldpõhimõtte

“Kogu õppetöö peab andma eluõpetust!” - Rudolf Steiner

Hommikuses peatunnis (2x45minutit) toimub õpetöö epohhivormis. Hilariuse Kooli põhiaineteks ehk epohhiaineteks on eesti keel, matemaatika ning elu- ja toimetulek. Eelpool nimetatuid õppeaineid õpetatakse epohhi vormis üldõpetuse (lapsekeskse, eluläheduse, aktiivse tegutsemise) laadis, toetudes nii waldorfpedagoogikale kui eripedagoogikale. Lisaks tavapärasele eesti keele, matemaatika ning elu- ja toimetuleku teemadele käsitletakse peaainetundides nii koduloo, geograafia, ajaloo kui ka loodusainete teemasid, kus toimub omamoodi õpirännak muistsetest aegadest tänapäeva. Eesmärgiks teadvustada õpilastele, kust miski on alguse saanud, milliseks läbi aja kujunenud ja arenenud.

Toimetulekuõppe peamiseks ülesandeks on lapsele loomumomase huvi tekitamine ja säilitamine maailma vastu ning õpilase arengu toetamine ja suunamine vastavalt iga õpilase eripärale ja võimetele.

Lisaks eesti keelele, matemaatikale ning elu- ja toimetulekule on ainekavas kunst ja käeline, muusika, tööõpe (alates 6. klassist), kehaline kasvatus, rütmika ning alates 8. klassist ka kaks valikainet (vastavalt kooli ja õpilaste võimetele).

Peamisteks waldorfpedagoogika teemadeks, mis toetavad last kindlas vanuses, on:

1. klass – muinasjutud
2. klass – loomamuinasjutud ja valmid, kohalood, legendid
3. klass – Maailma loomine Vana-Testamendi lood, vanad ametid
4. klass – põhjamaade mütoloogia eelkõige Kalevipoja eepos
5. klass – Egiptuse, Babüloonia, Pärsia, Vana-India ja Vana-Kreeka müüdid ja legendid, olümpiamängud
6. klass – Vana-Rooma legendid ja keskaja lood
7. klass – maadeavastused, leiutised

8. klass – Suur Prantsuse revolutsioon, Uusaeg, Tööstuslik pööre, Ameerika iseseisvumine, Eesti uusajal

9. klass – XX sajand.

Laiemas vaates jagunevad teemad loodusõpetuse, koduloo, geograafia, ajaloo ning loodusainete valdkonda, mida üldjuhul käsitletakse eesti keele epohhis ja/või elu-ja toimetuleku epohhis.

1.-2. klassi **loodusõpetust** kogeb laps läbi muinasjuttude ja loomalugude. Eesmärgiks on kogeda inimese seotust loodusega. **Kodulugu**, mida käsitletakse 3.-4. klassis on seotud ümbruskonna geograafiliste ja eelkõige majanduslike tingimuste kujunemisega. Sealjuures peavad ilmnema seosed nii pinnastikuga ja muude looduslike teguritega kui ka ajalooliste muutustega. **Geograafias** (5.-12. klass) käsitletakse tervikuna kodumaad ja selle asendit teiste maade suhtes kuni lühikese süstemaatilise ülevaateni kogu maailmast. Oluline on pakkuda kogemust inimeste kooselust ja majanduslikest sidemetest. **Geograafia** eesmärk on anda lapsele teadlik suhe ruumilise maailmaga. Geograafiaõpetusega rõhutatakse inimese ja looduse vahelistest seostest arusaamist ning süvendatakse õpilaste keskkonnateadmisi nii kohalikul kui ka globaaltasandil. Oluline roll õppimisel on õppekäigud teemakohastesse paikadesse ja matkad loodusesse. Geograafia õppimise käigus areneb õpilaste orienteerumisoskus ja kaardilugemisoskus

Kodulugu ja geograafia

3. klassis (vanus 9-10) kirjeldab klassiõpetaja poolt jutustatav Vana Testamendi loomislugu piltlikult maa, taimede, loomade ja inimese tekkimist. Koduloo ainena lisanduvad taimede ja loomade kirjeldused, jutukesed vanemast külaelust ja talutöödest, kohalikud tekkemuistendid ja legendid. Asutakse tutvuma inimese elu tema peamiste tööalade kaudu nagu põllutöö, metsandus, kalastamine, mäetööstus, kaubandus. Võimaluste korral vaadeldakse ja tutvutakse nende ametitega ka päriselus. Eesmärgiks vahetu vaatluskogemus töö tegemisest, tööriistade kasutamisest. Tunnitöös võetakse ette mõni praktiline projekt, kus lapsed saavad vahetu kogemuse vanade tööriistadega töötamisest. Näiteks võib ühistöö käigus koos kraasida villa, kogeda, kuidas teravilja seemnest saab lõppude lõpuks maitsva leiva jne. Ühiste tegemiste kaudu õpitakse koostegemist, üksteisega arvestamist.

4. klassis (vanus 10-11) tutvutakse oma lähiümbrusega (kodu/ kool), siis kodulinna tekkelooga ja inimeste tegevustega sel ajal kuni kaasajani välja. Eesmärgiks teadlikkus oma kodukohast, mille kinnistamiseks joonistatakse või maalitakse oma lähiümbruse kaart, nt teekond kodust kooli. Õppekäigud linnaruumis annavad päris mõtme klassiruumis räägitule. Võib uurida ka Päikese liikumist, tekitamaks arusaama ilmakaartest.

5. klassis (vanus 11-12) minnakse kodu lähiümbrusest kaugemale ja asutakse uurima Eesti geograafiat. Uuritakse maa pinnavorme. Eesti jaotumist Põhja-, Lõuna-, Ida- ja Lääne-Eestiks. Ilmakaared. Mandrigeograafia le lisandub ka meri - Läänemeri. Lisaks saab kiigata naabermaade poole.

6. klassis (vanus 12-13) liigutakse Eesti geograafiast Euroopa geograafiat uurima. Vaadeldakse Euroopa eriosade ilmastikku, kultuuri ja ka majandust (vastandatakse nt Põhjamaid ja Lõuna-Euroopat). Jätkatakse geograafiliste kaartide ja reljeefide uurimise, joonistamise ning maalimisega. Soovitavalt võetakse täpsemaks vaatluseks üks riik. Asutakse vaatlema ka Kuu, Päikese ja Maa liikumist.

7. klassis (vanus 13-14) liigutakse edasi uutele mandritele - troopilise Aafrika ja polaaralade tundma õppimine näitab eluvõimalikkust ja kohanemist äärmuslikes tingimustes. Erinevate mandrite tundma õppimine on andnud teadmise põhja-lõuna suunast ja õpilastele hakkab tekkima arusaam maakera mõõtmest. Lisaks on 7. klassi geograafia seotud ajaloo, kus asutakse avastama kunagisi leiutisi kui ka maid.

8. klassis (vanus 14-15) on geograafias Eesti, Euroopa ja Aafrika vallutatud, aeg on võtta suund Uude Maailma ehk Ameerika mandrile. Eesmärgiks on, et õpilased tajusid maailma mastaapsust ja seda läbi looduse, kliima ja erinevate kultuuride.

9. klassis (vanus 15-16) saab läbi kunstilise ja praktilise tegevuse aidata kõigil õpilastel tunnetada Maad kui ökoloogilist organismi. Õppetöö aluseks on füüsiline ehk loodus geograafia. Hea on vaadelda maailma mäestikke.

10. klassis (vanus 16-17) saab uurida vee, õhu ja soojuse liikumist Maal ja selle ümber. Vaadeldakse tuuli, ookeani hoovuseid, loomade ja lindude rännet. Eesmärgiks on noorte teadvustamine elus organismide ja nende elukeskkonna vahelistest suhetest. Lisaks võib uurida Maa sisemust.

11. ja 12. klassis (vanus 17-19) saab vaadelda Maad kui ökosüsteemi ja kuidas vastutustundlikult loodusega ümber käia.

Ajalugu

Ajaloo juhatakse lapse pilk nii ajaliselt kui ruumiliselt tema elukeskkonnast kaugemale. Ajalooga tutvumise käigus tajub õpilane, et inimeseks olemine tähendab arengut läbi kultuuriliste arenguastmete. Keskmis on konkreetsed eluvormid ja inimese töö maa peal ning maad ja inimeste elu muutvad leiutised. Ajaloo tundma õppimise eesmärgiks on teadvustamine, kuidas praktiline, mehaaniline ja tehniline üha enam inimeste elu haarab ja kujundab ning kuidas kahaneb suhe imepärase ja pühaga.

Ajaloo õppimine algab omamoodi juba 1. klassis läbi muinasjuttude, liikudes läbi vanade ametite (3. klassis) kodukoha tundma õppimisse (4. klass). "Päris" ajalugu algab 5. klassist, kus asutakse tutvust tegema maailma ajaloo kultuurilise hälliga (tehakse tutvust hommikumaa rahvaste eluga). Läbi ajaloo õpetamise kujundatakse lapses eetikat.

5. klassis (vanus 11-12) algab inimese arengu välja joonistumine inimkonna ajaloo põhjal. Teemaks vanad minevikukultuurid nagu Vana-India, Pärsia, Egiptus. Läbi jutustuste ja piltide vaadeldakse ajastute suurkujusid. Järgneb antiik Kreeka tundma õppimine, sest 5. klassis jõuab laps oma vaimses ja füüsilises arengus iidse Kreeka mütoloogia ajastusse. Alustatakse jumalate ja pooljumalate lugudega ning jõutakse välja inimeste elulugudeni. Õpetaja saab oma õpilastega dramatiseerida ning mängida mõnd mütoloogilist või ajaloolist isikut. Heraklese vägitegudele ja argonautide seiklustele järgneb Trooja sõda, mis on üleminek ajaloo algusesse. Selles vanuses jõuab laps nn. “lapsepõlve kuldsesse ikka, kus mängu ja töö vahel valitseb tasakaal” ning õpilane on valmis alustama õppimist.

6. klassis (vanus 12-13) suhestub laps oma ärkava teadvusega Rooma seadustega. Julius Caesari isiku läbi saab tutvustada Rooma kultuuri. Rooma kodaniku elulaadi juurest jõutakse keskaegsete kindluslinnade vagade ja töökate linnakodanikeni. Klassis saavad lapsed kogeda rüütlite, linnakodanike ja munkade ideaale ning võitlusi ja õpetaja saab laduda ühtlasi aluskive järgnevatele tundidele.

7. klassis (vanus 13-14) avaneb õpilases potentsiaal tegeleda erinevate huvidega. Õpetaja saab käsitleda episoodide avastuste ja leiutiste ajastust, renessansi õitsengust (14. kuni 17. saj). Tutvutakse kaasaegse tsivilisatsiooni alusepanijatega nagu Columbus, Leonardo da Vinci, Gutenberg. Õpetaja ülesanne on õpilastes äratada uurivat meelt ja ärgitada tegevustele.

8. klassis (vanus 14-15) antakse noorukitele ülevaade ajaloost kuni möödunud sajandini (al 17. sajandist kuni 20. sajandini). Käsitletakse Prantsuse revolutsiooni siiani jätkuvat mõju ja võitlust “vabadus, võrdsus, vendlus” ideaalide eest. Õpilasi võib suunata mõistma, kuidas sellised leiutised nagu aurumasin ja mehaanilised kangasteljed on meie elu muutnud.

9. klassis (vanus 15-16) antakse noorukitele arusaam ajastu iseloomust, millesse nad on sündinud. Võib käsitleda mõningaid kaasaegseid suurkujusid, ideid ja ideaale, mis aitaksid noorukil suhestuda kaasaegse inimvaimuga ning jõuda 21. sajandi elutunnetuseni.

10. klassis (vanus 16-17) saab omamoodi teist korda vaadata tagasi inimkonna ajaloo esimestele suurtele kultuuridele ning kuidas need panid aluse meie tsivilisatsioonile ja meie kultuurisaavutustele. Kuidas Kreeka filosoofia pani aluse haridusele, Pärsia kultuur põllumajandusele, Egiptuse arhitektuur renessansile.

11. klassis (vanus 17-18) saab noore inimese küpsemisprotsesse toetada kuningas Arturi Püha Graali otsingutega ning Parzivali lugudega. Noore inimese väärikust saab kasvatada läbi näitlemise ja lugude kogemise.

Loodusained

Loodusainete (füüsika, keemia) õpetamise eesmärk on arendada õpilaste uurivat meelt ning julgustada õpilasi aktiivselt osalema katsete ettevalmistamisel, vaatlemisel ning tegemisel. Õpilased saavad vihikusse joonistada katseid ning teha lühikirjeldusi, kui võimalik.

6. klassis (vanus 12-13) saab lapsed juhtida füüsika maailma läbi akustika. Võnkumine, helikõrgus, helitugevus, erinevad muusikariistad, mis tekitavad nii heli kui võnkumist.

7. klassis (vanus 13-14) õpitava soojusõpetuse raames uuritakse, mis on põlemine. Põletada võib alustuseks küünalt, siis puulehti, puidulaaste ja muid taimseid materjale. Uuritakse, mis kaasneb põlemisega, mis muutub. Vaadeldakse/ uuritakse igapäevaseid muutusi nt toiduvalmistamisel, vee keemisel. Füüsikas saab uurida, mis on raske, mis kerge, mis ujub, mis vajub

8. klassis (vanus 14-15) saab noor vaadelda katseid, mis näitavad suhkrut, tärklise, valgu ja rasva keemilisi reaktsioone vee ja tulega. Nende ainete kohta on tutvunud eelmiste aastate toitumisõpetuses ning on demonstreeritud nende olulisust inimese toitumisel.

9. klassis (vanus 15-16) saab noor tutvuda suhkrut kääritamise ja alkoholi destilleerimisega, mille tulemusel saadakse estrid ja eeter ning lõpuks eeterlikud õlid.

10. klassis (vanus 16-17) võib käsitleda happe ja leelise polaarsust ning neutraalse elemendina soola moodustumist. Hea näide on mesilane, kelle toiduks on happeline mahl ja veres leeliseline vedelik. Metallide omadusi ja kasutusvõimalusi saab praktiliselt demonstreerida ning kogeda. Võimalusel külastada mõnd tööstust.

Toimetulekuõppes sobib ka aine põgus tutvustamine ja kinnistamine läbi kunstiliste ja/ või praktiliste tegevuste.

2. Üldpädevuste arendamine arengutasemete kaupa

PÄDEVUSED	I ARENGUTASE	II ARENGUTASE	III ARENGUTASE
Kultuuri- ja väärtuspädevus	Kogeb turvalisust ja kuuluvust, osaleb rutiinides ja lihtsates kultuurilistes tegevustes	Järgib kokkuleppeid, osaleb ühistegevustes ja traditsioonide tähistamises	Arvestab teistega, väljendab hoiakuid ja osaleb kultuurilistes ja kogukondlikes tegevustes
Sotsiaalne ja kodanikupädevus	Osaleb juhendatult ühistegevustes ja järgib rutiine	Teeb koostööd rühmas ja järgib reegleid.	Täidab oma rolli, osaleb ühistes otsustes ja mõistab lihtsaid ühiskondlikke reegleid.
Enesemääratlus pädevus	Kogeb positiivset enesetunnet ja väljendab emotsioone täiskasvanu toel.	Teeb lihtsaid valikuid ja väljendab eelistusi.	Kirjeldab oma tundeid ja vajadusi ning tegutseb iseseisvamalt.
Õpipädevus	Osaleb juhendatud õpitegevustes ja reageerib suunamisele.	Püsib tegevuses ja kasutab õpivahendeid juhendamisel.	Õpib sihipäraselt, kasutab õpistrateegiaid ja hindab oma saavutusi.
Suhtluspädevus	Reageerib suhtluskatsetele ja kasutab kehakeelt, pilku ja hääli	Kasutab sõnu, pilte või viipeid ning osaleb dialoogis.	Väljendab mõtteid ja soove ning järgib suhtlusreegleid.
Matemaatika-, loodusteaduse ja tehnoloogia pädevus	Kogeb põhjus–tagajärg seoseid ja kasutab vahendeid juhendatult.	Võrdleb, järjestab ja märkab seoseid looduses ning tehnikas	Rakendab matemaatilisi ja tehnoloogilisi oskusi igapäevaelus turvaliselt
Ettevõtlikkus pädevus	Teeb lihtsaid valikuid ja alustab tegevust juhendamisel	Viib tegevusi lõpuni ja täidab rolle.	Planeerib lihtsaid tegevusi, hindab tulemust ja tegutseb enesekindlalt.
Digipädevus	Kasutab digivahendeid koos täiskasvanuga ja järgib rutiine.	Kasutab digivahendeid eesmärgipäraselt õppetegevuses.	Kasutab digivahendeid teadlikult ja vastutustundlikult.

3. Õppe ja kasvatuse pädevused ning rõhuasetused arengutasemete kaupa

Taotletavad pädevused I arengutasemel

Õpilane:

- 1) tajub ennast ja kaasinimesi ümbritsevas keskkonnas; suhtub positiivselt iseendasse ja tuttava inimese poolt algatatud kontakti;

- 2) kasutab meeldetuletamisel tuttavates situatsioonides õpitud käitumisviise ja järgib võimetekohaselt ühiselu reegleid kodus ning koolis;
- 3) orienteerub abiga lähiümbruses, tuleb suunamisel toime põhiliste eneseteeninduse toimingutega;
- 4) tegutseb ohuolukorras vastavalt täiskasvanu juhisteile;
- 5) annab märku oma põhivajadustest ja tervisega seotud probleemidest;
- 6) osaleb tervislikke eluviise järgivates koostegevustes, on kehaliselt aktiivne;
- 7) viibib meelsasti looduskeskkonnas;
- 8) võtab vastu ja otsib kontakti tuttava täiskasvanu ja kaaslasega; reageerib igapäevastele lühikorraldustele sobival, väljendab suunamisel oma põhivajadusi ja soove õpitud keeleliste ja/või alternatiivsete väljendusvahendite abil;
- 9) suudab igapäevaelus toime tulla ja olukordi mõista, toetudes esemetele või piltidele;
- 10) sooritab koostegevuses praktilisi matemaatilisi tegevusi igapäevaelus toime tulemiseks;
- 11) kasutab abiga tuttavaid infotehnoloogilisi vahendeid mängulises tegevuses; vajaduse korral kasutab suunamisel arengutasemele vastavat kommunikatsiooniseadet;
- 12) osaleb suunatud mängus ja mängulises õpitegevuses; säilitab mängulises tegevuses lühiajaliselt suunatud tähelepanu; tegutseb mänguasja või õppevahendiga vastavalt selle funktsioonile.

Õppe ja kasvatuses rõhuasetused I arengutasemel

Õpetuse põhitaotlus on õppimiseks vajalike alusoskuste omandamine koostegevuse ja matkimise tasandil:

- 1) erinevaid vahendeid kasutades kontakti astumine, kontaktis osalemine, kontakti kestuse pikendamine;
- 2) adekvaatne reageerimine situatsiooniga seotud lühikorraldustele;
- 3) lülitumine praktilisse tegevusse ja ühelt tegevuselt teisele ümberlülitumine;
- 4) suunamisel oma välimuse ja õppevahendite korrashoidmine;
- 5) baaslausungite moodustamine ja/või alternatiivsete suhtlusvahendite situatiivne kasutamine
 - Rõhuasetus on oma **mina** teadvustamisel: mina kui osaleja praktilises tegevuses ja suunatud esemelises mängus ning kontaktis ja koostegevuses täiskasvanuga.
 - Õpilaste juhtivaks tunnetusprotsessiks on **taju**, mille baasil areneb objektide ja tegevusaktide äratundmine ning kaemuslik-praktiline mõtlemine. Tunnetustegevuse arendamiseks on vajalik tahtmatu tähelepanu väline suunamine.
 - **Motoorika** arendamine. Tunnetusprotsesside ja tegevuse eelduseks on mootorika areng. Arendatakse passiivsete liigutuste sooritamist, liigutuste sooritamist imiteerimise, näidise ja instruksiooni järgi, omandatud liigutusstereotüüpide rakendamist eneseteenindamisega

seotud tegevustes. Kujundatakse oskusi koordineerida silma ja käe liigutusi, liigutuste rütmi ja tempo muutmist ning elementaarse vaimse tegevuse reguleerimist liigutuste abil.

- **Tajude arendamine.** Tajude arendamisel õpetatakse suunatult märkama eri meeltega objekti tunnuseid; eristama esemeid taustast; laiendama tajuvälja; rühmitama objekti ja graafilisi kujutisi 1–2 tajutava tunnuse alusel; tajuma ruumisuhteid (all, peal, ees, taga, kõrval) ja ajasuhteid (samal ajal, enne, pärast).
- **Mälu arendamine.** Arendatakse varem tajutud objektide ja tegevusaktide äratundmist; toimingute sooritamist eelnevalt tajutud näidise järgi; seoste tegevus-objekt-tunnus ja keeleüksus-alternatiivvahendid kujundamist; töömälu mahu suurendamist (kuni 4 üksust); mälu kujutluste aktiveerimist verbaalsete ja mitteverbaalsete signaalide abil; objektide paigutuse taastamist varem tajutu põhjal.
- **Mõtlemise arendamine.** Kaemuslik-praktilise mõtlemise arendamisel kujundatakse oskused täita erinevaid ülesandeid tajuväljas olevaid abivahendeid kasutades, rühmitada tajutavate tunnuste alusel ja muuta rühmade koostist.
- **Kõne arendamine.** Omandatavad oskused on kontakti astumine, kontaktis osalemine, kontakti kestuse pikendamine; lühikorralduste kuulamine ja neile reageerimine tajutava situatsiooni toel / situatsioonist lähtuvalt; kõne baasiks olevate häälikute ja häälikukomplekside (häälikute rida, silbirida, kõnetakt, sõna) järele kordamine; situatsioonile vastavate sõnade ära tundmine ja kasutamine; alternatiivsete suhtlusvahendite kasutamine vajaduse korral.
- Õppetöös rakendatakse valdavalt üldõpetuslikku tööviisi, kasutatakse praktilisi ja mängulisi tegevusi. Pedagoog verbaliseerib õpilaste tegevust.
- Lugemis-, kirjutamis- ja arvutamisoskuste eelsooduste kujundamine.
- Väärtuskasvatuse seisukohalt hinnatakse tegevusakte põhimõttel õige-vale, õpitegevust ja käitumisakte motiveeritakse võimalikult meeldiva õpikeskkonna loomisega. Tegevuses osalemisele antakse positiivne hinnang. Kujundatakse tegevuse tahan-motiivi.
- Oluline on õpetada õpilasi oma põhivajaduste rahuldamisel abita toime tulema.

Taotletavad pädevused II arengutasemel

Õpilane:

- 1) teadvustab ennast ja kaasinimesi, märkab inimestevahelisi erinevusi; suhtub positiivselt iseendasse, oma lähedastesse ja kaaslastesse;
- 2) teab tuttavas olukorras oma õigusi ning kohustusi, oskab valida sobivat õpitud käitumisviisi ning järgib oma võimete kohaselt ühiselu reegleid kodus, koolis ja väljaspool kooli;
- 3) orienteerub tuttavas ümbruses, tuleb toime põhiliste eneseteeninduse toimingutega;

- 4) teadvustab enda abivajadust ja küsib suunamisel abi;
- 5) märkab suunamisel ohtlikku olukorda ja hoidub sellest õpitud viisil;
- 6) annab õpitud viisil märku tervisega seotud probleemidest;
- 7) mõistab suunamisel aktiivse liikumise ja tervisliku eluviisi vajalikkust;
- 8) käitub suunamisel keskkonnateadlikult ja hoiab loodust;
- 9) astub kontakti täiskasvanu ja kaaslasega; mõistab talle suunatud kohandatud kõnet ja/või alternatiivseid väljendusvahendeid ning väljendab arusaadavalt oma põhivajadusi ja soove omandatud keeleliste ja/või alternatiivsete väljendusvahendite abil;
- 10) kasutab õpitud pildi- ja/või täissõnameetodil lugemise ja nende abil kirjutamise oskusi igapäevases elus toime tulemiseks;
- 11) kasutab suunamisel õpitud praktilisi matemaatilisi oskusi igapäevases elus toime tulemiseks;
- 12) kasutab suunamisel õppetegevusest tuttavaid infotehnoloogilisi vahendeid, kasutab vajaduse korral arengutasemele vastavat kommunikatsiooniseadet;
- 13) osaleb mängu- ja õpitegevuses, säilitab õpiülesannete täitmise ajal suunatud tähelepanu;
- 14) tegutseb õppevahendi või tuttava tööriistaga vastavalt selle funktsioonile.

Õppe ja kasvatuse rõhuasetused II arengutasemel

- Õpetuse põhitaotlus on õpitud baasoskuste harjumuslik rakendamine. Arendamist vajab tegevusega kaasneva suhtlemise ja oma tegevuse elementaarse kommenteerimise oskus. Nende oskuste arendamiseks kasutatakse järgmisi võtteid: tegevusele ärgitamine, protsessi suunamine, tulemuse sõnastamine.
- Rõhuasetus on oma **mina** teadvustamisel, suhtel **mina-meie** ja **mina-õpilane**.
- Juhtivaks tunnetusprotsessiks on **taju**, suureneb mälukujutluste osakaal vaimses ja praktilises tegevuses. Arendatakse kaemuslik-kujundilist mõtlemist lõimunult kujundiliste elementidega. Tunnetustegevuse arendamiseks on vajalik tähelepanu suunamine eri vahenditega (sh visuaalsed orientiirid), tähelepanu kestuse pikendamine, motoorne aktiveerimine.
- **Motoorika arendamine.** Omandatakse oskused sooritada erisuunalisi liigutusi; sooritada instruksiooni järgi liigutuste ahelat toetudes mälukujutlusele (vajaduse korral imiteerides). Viiakse läbi eri kehaosade mootorikat koordineerivaid tegevusi ja peenmootorikat arendavaid tegevusi. Liigutuste sooritamist verbaliseeritakse (pedagoog – õpilane). Sobimatud liigutusstereotüübid asendatakse.
- **Tajude arendamine.** Tajude arendamisel kujundatakse oskusi: tunnuste ja osade märkamine ja võrdlemine; sama objekti või graafilise kujutise äratundmine eri asendis, taustal, eri meeltega; oluliste/tüüpiliste ja juhuslike tunnuste eristamine; terviku moodustamine osadest;

osatoimingute järjestuse tajumine tegevusaktis; erisuunaliste ruumisuhete (sh vasakul/paremal) tajumine; ajasuhete (sündmuste järjestuse) tajumine.

- **Mälu arendamine.** Mälu arendamisel kujundatakse oskust ära tunda tuttavate objektide graafiliste kujutisi ja toiminguid varieeruvates tingimustes; õpetatakse sooritama stereotüüpseid toiminguid tuttavates situatsioonides; aktiveeritakse kujutlused verbaalsealternatiivse teabe alusel; arendatakse töömälu mahtu (kuni 5 üksust); õpetatakse üksuste/sümbolite järjestust säilitama, kujutlused verbaliseeritakse suunatult.
- **Mõtlemise arendamine.** Kaemuslik-praktilist mõtlemist arendatakse mõtlemisprotsessi kujundiliste elementide lõimimise teel. Arendatavad oskused on abivahendite otsimine ja kasutamine, ülesande täitmine variatiivsetes tingimustes; osadest terviku moodustamine; õpiülesannete täitmine praktiliselt ja materialiseeritult; variatiivne rühmitamine suunatult (varieeritakse objekte, objektide arvu, rühmitamist).
- **Kõne arendamine.** Kõne arendamiseks laiendatakse õpilaste baassõnavara, harjutatakse situatiivset dialoogi ja viisakusväljendite kasutamist, 2–3 lausungi tähenduse seostamist. Õpitakse kohandatud lühitekstide tähenduse mõistmist (vajaduse korral kaasneb visuaalne näitlikkus), mõnest lausungist koosneva teksti loomist (abiga).
- Õppetöös rakendatakse valdavalt üldõpetuslikku tööviisi, kasutatakse praktilisi ja mängulisi tegevusi. Õpilane hakkab oma tegevust elementaarselt kommenteerima, kasutades suunatult kas verbaalseid või alternatiivseid väljendusvahendeid. Õpitakse turvaliselt kasutama igapäevaseid digivahendeid.
- Kujundatakse elementaarseid lugemis-, kirjutamis- ja arvutamisoskusi.
- Väärtuskasvatuse eesmärkide saavutamiseks hindab õpilane tegevusakte põhimõttel õige-vale, meeldib-ei meeldi. Õpitegevust ja käitumist motiveeritakse võimalikult meeldiva õpikeskkonna loomisega. Antakse positiivne hinnang tegevuses osalemisele. Vähendatakse negatiivsete hoiakute mõju. Kujundatakse tahan-motiivi kõrvale positiivse hinnangu abil peab motiivi. Võimaldatakse valikuid.
- Õpilane õpib tuttavas situatsioonis jõukohaste ülesannetega võimalikult iseseisvalt toime tulema, õpitud oskusi suunamisel varieeruvates olukordades kasutama ja suunatult varieeruvates olukordades toime tulema. Toimub lihtsate tööoskuste õpe ja harjutamine.

Taotletavad pädevused III arengutasemel

Õpilane:

1) teadvustab ennast ja kaasinimesi, on teadlik nende erisuste ja eri kultuuride võimalikkusest;

- 2) suhtub positiivselt iseendasse, oma lähedastesse, kaaslastesse ja kodumaasse;
- 3) teab oma õigusi ja kohustusi, oskab valida sobivat õpitud käitumisviisi ning järgib õpitud ühiselu reegleid erinevates kohtades ja olukordades;
- 4) orienteerub keskkonnas ja igapäevastes toimingutes, küsib vajaduse korral abi ja abistab teisi;
- 5) hoidub teadaolevatest ohtudest ja käitub õigesti ohuolukordades;
- 6) märkab terviseprobleeme ja otsib abi;
- 7) mõistab liikumise mõju tervisele, järgib võimetekohaselt tervislikke eluviise;
- 8) käitub keskkonnateadlikult ja hoiab loodust;
- 9) mõistab talle suunatud kõnet ja/või alternatiivseid väljendusvahendeid ning väljendab arusaadavalt oma soove ja seisukohti omandatud keeleliste ja/või alternatiivsete väljendusvahendite abil;
- 10) kasutab õpitud lugemis- ja kirjutamisoskusi igapäevaelus toime tulemiseks;
- 11) kasutab õpitud praktilisi matemaatilisi oskusi igapäevaelus toime tulemiseks;
- 12) suudab oma võimete kohaselt infotehnoloogilises keskkonnas toime tulla, kasutab infotehnoloogiavahendeid eesmärgipäraselt ja võimalikult ohutult;
- 13) kasutab vajaduse korral arengutasemele vastavat kommunikatsiooniseadet;
- 14) mõistab töö vajalikkust, suudab tööaja jooksul töödistsipliini alluda, teeb jõukohast tööd, on valmis jätkuõppeks.

Õppe ja kasvatuse rõhuasetused III arengutasemel

- Õpetuse põhitaotlus on võimalikult iseseisev toimetulek igapäevaelu ja õpitud tegevustega.
- Rõhuasetus on **mina-meie** suhetel seoses kodukoha ja tegevustega.
- Tunnetustegevuses kasvab märgatavalt **mälu** roll. Kujundatakse kaemuslik-kujundilist mõtlemist, mis võimaldab ette kujutada tuttavas situatsioonis toimuvaid tegevusi. Tähelepanu hoidmist soodustab harjumustele toetuv tegevus.
- **Motoorika arendamine.** Omandatakse praktiliseks tööks vajalike liigutusi vastavalt tegevuse spetsiifikale. Toimub liigutusstereotüüpide kujundamine sõltuvalt tegevusest ja nende varieerimine sõltuvalt tegevuse tingimustest. Õpitakse liigutusi teadlikult järjestama vastavalt osatoimingute ahelale.
- **Tajude arendamine.** Arendatakse aja ja ruumi analüütilist tajumist eri meeltega, tuttavate objektide ja sündmuste tajumist mitmele tunnusele ja mälule toetudes; stseenide ja lihtsate stsenaariumite analüütilist tajumist (jälgitav sündmus, pilt, pildiseeria, tekst) kogemustele toetudes.

- **Mälu arendamine.** Mälu arendamisel kujundatakse oskused ülesandest lähtuvalt ära tunda ja meenutada tuttavate objektide graafilisi kujutisi; eristada kogemusi ja esitatud teavet. Areneb mälu kujutluste konkretiseerimine ja uute seoste loomine täiendava teabe abil. Õppetöös toimub korduvate tegevusaktide varieerimine ning sooritatakse harjutusi juhuslike ja stereotüüpsete assotsiatsioonide pidurdamiseks. Omandatakse oskused säilitada lühikest ja arusaadavat instruksiooni mälus ja sellega arvestamist toimingut sooritades; kujutluste verbaliseerimine ja graafiline kujutamine.
- **Mõtlemise arendamine.** Kaemuslik-praktilisele mõtlemisele lisandub osaliselt kaemuslik-kujundiline mõtlemine, mis võimaldab ülesannete täitmist kujutlustele toetudes. Valitakse või valmistatakse vajalikud abivahendid. Õpilane täidab õppeülesandeid, mis eeldavad tuginemist isiklikele kogemustele ja eri meeltega tajutavatele vahenditele (sh kõnele). Õpitakse objektide rühmitamist 2–3 üldistustasandil ja allrühmade moodustamist. Toimub elementaarsete põhjus-tagajärg seoste teadvustamine praktilises tegevuses.
- **Kõne arendamine.** Kõne arendamiseks kujundatakse järgmisi oskusi: baas- ja vähe laiendatud lausungi mõistmine ja kasutamine suhtlemisel; suuliste ja kirjalike kohandatud lühitekstide mõistmine; oma tegevuse ja tajutud sündmuse sõnastamine lühitekstina, täiendava teabe lisamine küsimustele vastates, täiendava teabe vajadusest ja puudulikkusest teatamine; õpitud suhtlemisstrateegiate rakendamine, situatsioonile vastav rollisuhetlemine; kasutatavate väljendite mõningane varieerimine, ütluse tähenduse tuletamine situatsioonist lähtuvalt.
- Õppetöös rakendatakse jätkuvalt üldõpetuslikku tööviisi, kasutatakse valdavalt praktilisi tegevusi. Õpilasi suunatakse oma tegevust kommenteerima verbalselt ja/või alternatiivsete vahenditega. Õppeprotsessis kasutatakse aktiivselt digivahendeid.
- Elementaarse lugemis-, kirjutamis-, arvutamise- ja mõõtmisoskuse kujundamine ja oskuste kasutamine tegevuses.
- Väärtuskasvatuse eesmärkide saavutamiseks hinnatakse eri tegevusakte, kasutades hinnanguid õige-vale, meeldib-ei meeldi. Tegevuse motiivi ja eesmärgi seose teadvustamisel kasutatakse hinnanguid tahan/teen, peab / on vaja / teen, tahan / ei tohi / ei tee. Peab-motiivi kõrvale vaja-motiivi kujundamine toimub positiivse hinnangu abil lähtuvalt eesmärgist või tulemuse teadvustamisest.
- Oluline on õpetada õpilast võimalikult iseseisvalt toime tulema. Kujundatakse lihtsa töö oskusi:
 - 1) omandatud toimingute sooritamise osaliselt muutuvates tingimustes;
 - 2) toimingute suunatud planeerimine, teabe otsimine sõltuvalt ülesandest (pilt, plaan, lühitekst);
 - 3) töövahendite ja materjali sobivuse hindamine;
 - 4) kujutluse loomine tulemustest – osatoimingute ning vahendite valik ja järjestamine;
 - 5) suunatud enesekontroll: osatoimingute/operatsioonide järjestus ja tulemused, toimingute tulemus ja selle hindamine.

4. Elu- ja toimetulek

Elu- ja toimetulekuõppe eesmärk on toetada õpilase **kehalist, vaimset, sotsiaalset ja emotsionaalset arengut**, et ta omandaks igapäevaeluks vajalikud teadmised, oskused ja hoiakud.

Õppe iseloom

Elulähedus ja praktilisus

- Õppetöö põhineb **reaalsetel elulistel olukordadel** ning toimub võimalikult loomulikus keskkonnas – koolis, kodus ja õues.
- Teemad on seotud õpilase igapäevaeluga ning moodustavad **õppetöö telje**, mille ümber toimub ainetevaheline lõiming.

Aktiivne osalemine

- Õpilasi suunatakse osalema tegevustes **võimalikult aktiivselt**.
- Omandatud oskusi harjutatakse ja kasutatakse **erinevates olukordades**, et tagada oskuste ülekandumine igapäevaellu.
- Õpilased on kaasatud **tegevuste kavandamisse**, teevad jõukohaseid valikuid ning õpivad oma tegevusi sõnastama ja põhjendama.

Õppemeetodid ja vahendid

- Kasutatakse õppemänge, igapäevaelus esinevaid esemeid ja -nähtuseid ning võimalusel kaasaegseid infotehnoloogilise vahendeid.

Individuaalne lähenemine

- Õpetamisel arvestatakse iga õpilase **lähimat arenguvalda**, huve ja sotsiaalset keskkonda.
- Õpe toetab õpilase **võimalikult iseseisvat toimetulekut** ja osalemist ühiskonnaelus, tagades vajadusel juhendamise ja sotsiaalse toe.

Õpitulemused

Elu- ja toimetulekuõppe tulemusena kujuneb õpilasel:

Isiksuslik areng

- positiivne minapilt ja enesekindlus;
- teadmised iseendast ja oma kehast;
- emotsionaalne tasakaal ja oskus oma tundeid väljendada.

Keskkonna mõistmine

- ümbritseva keskkonna võimalikult adekvaatne mõistmine;
- teadlik suhtumine tervisesse ja aru saamine tervise hoidmise olulisusest.

Sotsiaalsed ja käitumisoskused

- eetiline ja sotsiaalselt sobiv käitumine;
- koostööoskus ja suhtlemisvilumus;
- mängu-, õpi- ja sotsiaalsed oskused, sh oma tegevuse kommenteerimine ja abi küsimine.

Igapäevaoskused ja tööharjumus

- eneseteenindusoskused igapäevastes olukordades;
- esmased tööoskused ja tööharjumused, sh rutiinide järgimine;
- algatusvõime ja võime teha jõukohaseid valikuid.

Kehaline areng

- regulaarne kehaline aktiivsus ja liikumisharjumuste kujunemine.

4.1. Üldpädevuste kujundamine elu- ja toimetulekuõppe aines

Toimetulekuõppes käsitatakse pädevust kui **õpilase võimetekohast teadmiste, oskuste ja hoiakute kogumit**, mis võimaldab tal erinevates tegevustes ja elusituatsioonides toime tulla. Pädevus kujuneb järjepideva juhendatud praktilise tegevuse kaudu.

Elu- ja toimetulekuõppe aines käsitletavat teemad 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

- Õpilane õpib tundma iseennast ja teisi ning tajuma end perekonna, klassi, kooli, ühiskonna liikmena.
- Tähistatakse rahvakalendri tähtpäevi ja tutvutakse Eesti kultuuriga.
- Õpilane õpib aktsepteerima inimeste erinevusi.

Sotsiaalne ja kodanikupädevus

- Koostegemised ja mänguõpetus arendavad reeglite järgimist ja teistega arvestamist, kujunevad jõukohased tööoskused ja –harjumused.
- Õpilane harjub käituma erinevates olukordades sihipäraselt ja sobivalt.

Enesemääratluspädevus

- Õpilane õpib mõistma oma tugevusi ja eripära.
- Õpitakse ohuolukordi märkama (nt liikluses, kuumad esemed).
- Kujuneb valikute tegemise oskus (nt vaba aja tegevused, tervislik eluviis).

Õpipädevus

- Uued oskused ja teadmised iseendast omandatakse praktilise tegutsemise kaudu.
- Õpilane harjutab iseseisvat tegutsemist ja enesekontrolli.
- Oluline on valikute tegemine õppetegevuse käigus.

Suhtluspädevus

- Iga päev harjutatakse suhtlemist ja eneseväljendust.
- Vajadusel kasutatakse alternatiivseid suhtlusvahendeid (pildid, kommunikatsiooniseadmed).
- Õpilane räägib oma kogemustest ja esitab küsimusi.

Matemaatika-, loodusteadus- ja tehnoloogiapädevus

- Looduse tundmine ja klassi- või kooliaia eest hoolitsemine.
- Loomade ja taimede vaatlemine õppekäikudel.
- Ajataju ja kalendri-kella kasutamine igapäevaselt.

Ettevõtlikkuspädevus

- Praktilised tegevused annavad eduelamusi ja julgustavad iseseisvalt katsetama.
- Õpilane harjub oma tegevusi planeerima ja oskusi uutes olukordades kasutama.

Digipädevus

- Kasutatakse õpilasele jõukohaseid digivahendeid.
- Räägitakse turvalisest käitumisest internetis.
- Suhtlemiseks kasutatakse vajadusel kommunikaatoreid.

4.2. Elu- ja toimetulekuõppe aine lõiming õppekava läbivate teemadega**Elukestev õpe ja karjääri kujundamine**

Jõukohase ja huvipakkuva mängulise ning elulis-praktilise tegevuse kaudu toetatakse õpilaste huvi kujunemist ümbritseva keskkonna esemete, nähtuste ja tegevuste vastu. Nii kujuneb õpilastel positiivne suhtumine ümbritsevasse keskkonda ja inimestesse, tekib positiivne hoiak õppimise suhtes ning arenevad õpioskused ja lihtsate tööde tegemise oskused.

Elu- ja toimetulekuõppe raames tutvutakse erinevate tegevusalade ja elukutsetega. Õppekäikudel tutvuvad õpilased jõukohaste ametite, päevakeskuste, toetatud elamise võimaluste jms-ga. Õpilasi suunatakse tajuma ja mõistma oma oskusi ja võimeid. Koostöös õpilasega toimub tema edasise karjääriritee planeerimine.

Keskkond ja jätkusuutlik areng

Teema käsitlemine lähtub iga õpilase isiklikest kogemustest. Praktilise tegevuse ja õppekäikude kaudu kogevad õpilased elulistes olukordades vahetult loodust ja igapäevaelu nähtusi. Olulisel kohal on õuesõpe.

Õpilased tutvuvad elusa ja eluta looduse ning inimtekkelise keskkonnaga. Neile mõistetavatest olukordadest lähtudes tutvustatakse loodushoiu ning keskkonna säästliku ja jätkusuutliku inimtegevuse põhimõtteid. Õpilased õpivad mõistma oma rolli ümbritsevas keskkonnas ning saavad praktilise tegevuse kaudu vastavalt oma võimetele aru, kuidas nende käitumine ja tegevus mõjutab keskkonnaressursside kasutamist.

Kodanikualgatus ja ettevõtlikkus

Kesksel kohal on adekvaatse minapildi kujunemine. Õpilased õpivad teadvustama oma rolli perekonnas, klassis, koolis ja laiemalt ühiskonnas.

Elu- ja toimetulekuõppe teemade kaudu õpivad õpilased mõistma sõprussuhteid ja koostöö tähendust. Mängulises tegevuses omandavad nad oskused tegutseda nii kaaslaste kõrval kui koos kaaslastega ning arendavad esmaseid koostööoskusi.

Oluline on kaasata õpilasi nende elu-, mängu-, õpi- ja töökeskkonda puudutavate valikute tegemisse. Keskne on koostöö ja ühiste otsuste tegemise kogemuse saamine, näiteks suunatud paaris- ja rühmatöö kaudu. Õppetöö osana osaletakse kogukonna üritustel (nt heakorralgud, kultuurisündmused) nii osalejate kui ka pealtvaatajatena.

Kultuuriline identiteet

Kultuuriline identiteet kujuneb kodu, kooli ja ühiskonna koostöös. Elu- ja toimetulekuõppe raames tutvuvad õpilased Eesti, eesti keele, rahvuse ja kultuuripärandiga.

Õpilased õpivad märkama ja aktsepteerima erinevast rahvusest ja rassist kaaslasti ning tutvuvad nii oma kui ka kaaslaste kultuurikeskkonnaga. Õpitakse suhtuma huvi ja avatusega rahvuslikele ja kultuurilistele erinevustesse.

Olulisel kohal on osalemine kultuurisündmustel nii osalejate kui küllastajatena ning kohtumised teiste kultuuride esindajatega (nt spordivõistlustel või projektitegevustes). Kujuneb positiivne suhtumine uude ja erinevasse.

Teabekeskond ja meediakasutus

Igapäevaste tegevuste ja õppekäikude kaudu suunatakse õpilasi leidma ning mõtestama ümbritsevas keskkonnas eelkõige visuaalselt esitatud teavet. Õpilased õpivad kasutama keskkonnas leiduvat infot (pildid, sildid, märksõnad, skeemid jms) igapäevategevustes, õpi- ja lihtsate tööülesannete täitmisel.

Õpilasi suunatakse kasutama meediakanaleid (nt televisioon, ajakirjandus) teadlikult ja eesmärgipäraselt vaba aja veetmiseks. Ohutusega seotud teemade raames käsitletakse õpilastele arusaadaval viisil meediakasutusega seotud võimalikke ohte.

Tehnoloogia ja innovatsioon

Kõigi elu- ja toimetulekuõppe teemavaldkondade käsitlemisel saab õpetaja mitmekesistada õppetegevust erinevate digikeskkondade ja rakenduste abil. Õpilasi suunatakse mängulise ja eesmärgipärase tegevuse kaudu kasutama nende arengule vastavaid digivahendeid.

Kui õpilane kasutab verbaalset kõnet toetavat või asendavat digivahendit (AAC), suunatakse teda seda järjepidevalt kasutama nii õppetegevuses kui igapäevases suhtlemises. Kasutatavat AAC-vahendit tutvustatakse kõigile õpilasega tegelevatele täiskasvanutele ja kaasõpilastele.

Tervis ja ohutus

Elu- ja toimetulekuõppe oluline osa on minapildi kujundamine, sealhulgas tutvumine inimese organismi ehituse ja talitlusega ning tervislike eluviiside põhimõtetega.

Teemavaldkonnas **Vaba aeg** käsitletakse sportimist kui vaba aja veetmise võimalust. Näitlike eluliste olukordade, rollimängude ja dramatiseeringute kaudu suunatakse õpilasi järgima tervislikke eluviise. Tutvustatakse tervisliku toitumise põhimõtteid, vee tarbimise olulisust ning sportimisvõimalusi nii kodus kui avalikel spordiväljakutel ja treeningutes.

Ohutuse teemat käsitletakse läbivalt kõikides teemavaldkondades, kujundades õpilastes teadmised ja oskused ohtude vältimiseks, abivajaduse märkamiseks ning abi kutsumiseks.

Väärtused ja kõlblus

Toimetulekuõppes on õpimotivatsiooni toetamisel määrava tähtsusega õpetaja ja õpilase positiivne ühistegevus. Õpilased õpivad tundma iseennast, oma tugevusi ja nõrkusi.

Õpetaja ja teiste täiskasvanute eeskujul kujuneb positiivne suhtumine iseendasse, kaaslastesse ja ümbritsevasse keskkonda, sealhulgas loodusesse.

Elu- ja toimetulekuõppe teemade kaudu omandavad õpilased ühiskonnas aktsepteeritavad väärtushinnangud ja käitumismallid. Õppimine toimub elulistest olukordades, rollimängude ja dramatiseeringute kaudu. Külastatakse teatrietendusi ja vaadatakse filme, mida hiljem ühiselt analüüsitakse.

4.3. Elu- ja toimetulekuõppe aine rõhuasetused

I arengutasemel	II arengutasemel	III arengutasemel
Õpetuse põhitaotlus on õppimiseks vajalike baasoskuste omandamine koostegevuse ja matkimise tasandil.	Õpetuse põhitaotlus on kujundada omandatud baasoskuste harjumuslik sooritamine tuttavas situatsioonis.	Õpetuse põhitaotlus on õpilaste võimalikult iseseisev toimetulek igapäevaelus, jõukohaste tööoskuste kujundamine.
Rõhuasetus on oma mina teadvustamisel.	Kujundatakse oskust käituda rühmas ja arvestada kaaslastega.	Kujundatakse suutlikkust käituda vastutustundliku kogukonna- ja ühiskonnaliikmena.
Õpilast ärgitatakse osalema praktilises tegevuses ja suunatud esemelises mängus.	Tähelepanu pööratakse õpilaste omavahelise suhtlemisoskuse kujunemisele, seda	Arendatakse oskust õpitud
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 lähiruumis. Õpetatakse koostegevuses loodushoidlikult ja keskkonnateadlikult käituma. Õpetatakse koostegevuses orienteeruma päevarütmis, kujundatakse oskust suunatult jälgida ja järgida pildilist päevakava.	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.	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.
--	--	--

4.4. Elu- ja toimetulekuõppe aine soovituslik õppesisu ja õpitulemused

4.4.1 Teema: Mina-pilt, soovituslik õppesisu

I arengutase	II arengutase	III arengutase
Mina. MINA osaleja praktilises tegevuses	Mina. Suhted MINA/MEIE, MINA/ ÕPILANE	Mina. MINA/MEIE suhetes kodukoha ja tegevusega

Oma nime äratundmine ja sellele reageerimine. Enda nime ütlemine/viiplemine/ märgi näitamine vms. Oma nimesildi äratundmine. Näidise alusel oma nime moodustamine välja lõigatud tähtedest. Kaaslaste ja õpetajate nimede tundmine, oma nime teistelt eristamine. Lähisugulaste nimede teadmine. Fotolt enda, kaaslaste, lähisugulaste äratundmine. Enda ja kaaslaste soo teadmine.	Enda vanuse teadmine. Olulised dokumendid ja nende kasutamine. Dokumentidele kirjutatud informatsioon. Abiga õpilaspileti, ühistranspordikaardi kasutamine. Enda ja kaaslaste välimuse kirjeldamine, sarnasuste ja erinevuste märkamine. Sarnasused ja erinevused poisi ja tüdruku vahel.	Enda vanuse teadmine. Võrdlemine noorem - vanem. Kaal ja pikkus. Võrdlemine kergem - raskem, pikem - lühem. Isiklike andmete (nt ees- ja perekonnanimi, vanus, sünniaeg, aadress jms) teadmine. Ametiasutustes isiklike andmete edastamine. Õpilaspileti, ühistranspordikaardi, ID-kaardi, puudega isiku kaardi jms kasutamine. Esmased teadmised andmekaitsest. Enda neiuna või noormehena defineerimine. Teadmine kehalistest muutustest lapse- ja nooruki-, täiskasvanu- ja vanurieas.
Inimese organism. Erinevad kehaosad ja nende põhifunktsioonid. Kehaosade asukoht. Kehaosade nimetused passiivses ja aktiivses sõnavaras.	Inimese organism. Meeleelundid, nende põhifunktsioonid ja nende tähtsus. Elutähtsad organid ja nende funktsioonid. Terve ja haige lapse/ inimese tunnused.	Inimese organism. Luud ja lihased, nende ülesanded. Liikumise tähtsus igapäevase täisväärtusliku elu osana. Süda, veresooned ja veri, nende ülesanne. Vereringe. Hingetoru ja kopsud, nende ülesanne. Hingamine. Söögitoru, magu ja soolestik. Toidu teekond. Nahk, juuksed ja küüned, nende ülesanded. Iseloomulik välimus. Aju ja närvid, nende ülesanne. Suguorganid, nende ülesanne. Suguorganite

		hügieen. Seksuaaltervis. Seksuaaleluga seonduvad ohud, nendest hoidumine. Rasestumine ja sellest hoidumise võimalused. Rasedus, sünnitamine. Muutused inimese kehas elutsükli jooksul.
Tervislikud eluviisid. 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. Toidu valiku laiendamine. Ärkveloleku ja une režiimi kujundamine ja hoidmine. Liikumismängudes, jalutuskäikudel, matkadel osalemine.	Tervislikud eluviisid. Rõivastuse ja jalatsite suunatud valik vastavalt ilmale ja tegevusele. Tervislike eluviiside suunatud järgimine ja kahjulikest harjumustest hoidumine. Puhkepauside suunatud pidamine nutiseadmete kasutamisel. Külmetushaigustest hoidumine. Tervislik ja ebatervislik toit, nende eristamine, valik. Toidupüramiidi järgi söömisharjumuste jälgimine. Tervisliku toidutaldriku koostamine näidise alusel. Töö/ liikumise ja puhkuse vaheldumine. Päevarežiimi vajadus ja selle hoidmine. Liikumispauside sooritamine näidise või piltliku instruksiooni näitel - sirutuspausid, harjutused silmade jaoks jms.	Tervislikud eluviisid Hingamise tervishoiu põhinõuded. Ruumide tuulutamine, koristamine. Kahjulike harjumuste mõju organismile (suitsetamine, alkoholi jm tarvitamine). Naha hooldus, naha kaitse. Nahahaigused, parasiidid. Nutiseadmete kasutuse ajaline jälgimine, puhkepauside pidamine. Nakkushaigused ja nende profülaktika. Arsti poole pöördumine. Tervislik toitumine: toidupüramiid, toidukorrad – ja kogused, söömiskultuur. Taimne toit ja loomne toit. Mitmekülgne toit. Vitamiinide vajadus. Ülekaalulisus ja rasvumine - nende ohud ja ennetamise võimaluse. Dieet, selle liigid, vajadus ja ohud. Tervislike eluviiside järgimine. Tutvumine sportimisvõimalustega (vabaajakeskused, avalikud spordiplatsid jms). Kehaliste

		harjutuste ja füüsilise töö tähtsus. Kehalise töö ja spordi tähtsus südame tugevdamisel.
Emotsioonid. Rõõmus, kurb, tõsine, vihane, solvunud, hirmunud. Enda põhiemotsioonide suunatud märkamine ja reguleerimine koostegEVuses. KoostegEVuses põhiemotsioonide äratundmine fotodel ja piltidel.	Emotsioonid. Enda emotsioonide märkamine, oma tunnete väljendamine aktsepteeritaval viisil. Emotsioonide reguleerimine suunamisel õpitud viisil. Enda abivajaduse märkamine. Abi küsimine. Põhiemotsioonide märkamine, äratundmine kaaslastel ja nende emotsioonidele suunatud reageerimine. Põhiemotsioonide äratundmine piltidel.	Emotsioonid. Enda emotsioonide märkamine ja reguleerimine vastavalt olukorrale. Enese meeleolu kontroll ja reguleerimine tegevuste abil (muusika kuulamine, kunstilised tegevused, eraldumine jms). Kaaslaste emotsioonide märkamine ja neile reageerimine. Kaaslase abivajaduse märkamine, abi pakkumine. Andestamine, andeks palumine. Emotikonid. Emotikonide kasutamine suhtlemisel.
Sõprus. Klassi- ja koolikaaslased, nendega koos õppekäikudel, kooli üritustel viibimine. Suunatud sõprussuhete loomine.	Sõprus. Mõistmine, et erinevate inimestega (pereliikmed, sõbrad, tuttavad, võõrad) peab käituma erinevalt. Sõprussuhted ja nende hoidmine. Kaaslase abivajaduse suunatud märkamine, abistamine.	Sõprus. Sõprus- ja lähedussuhted. Üksteisele meeldimine, armumine, oma tunnete avaldamise võimalused, teiste tunnete (sh vastamata armastuse) aktsepteerimine ja nendega toimetulemine. Kooselu. Abiellumine. Lahutamine.
Perekond. Perekonnaliikmete tundmine ja nimetamine, fotodel leidmine: ema, isa, vanaema, vanaisa, õde/vend. Perekonnaliikmete nimede äratundmine, nime ütlemine/ viiplemine/ märgi näitamine vms.	Perekond. Lähisugulaste tundmine (onu, tädi jne). Erinevas vanuses inimesed, üksteise abistamine. Peretraditsioonid. Perega ühisüritustel osalemine (isade-, emadepäev, jõulud koolis	Perekond. Inimese elukaar. Sünd, kasvamine: imiku-, väikelapse-, noorem kooliiga, nooruki- ja täiskasvanuiga. Vanusega kaasnevad kehalised ja tervisega seonduvad muutused.

Peretraditsioonid. Enda, lähisugulaste ja kaaslaste sünnipäevade tähistamine. Õnnitluskaardi ja/ või kingituse meisterdamine.	jms). Tähtpäevade puhul õnnitlemine. Õnnitluste vastuvõtmine. Poest õnnitluskaardi ja/ või kingituse valimine.	Iseenda ja lähedaste positsioneerimine elukaarel. Kooselu, abiellumine, perekonna loomine. Rasedus. Lapse sünnitamine. Lapsevanemaks olemine ja lapse kasvatamine. Vananemine, surm, matused. Peretraditsioonid. Pere ja sõprade oluliste sündmuste meelespidamine ja nende puhul õnnitlemine. Õnnitluste vastuvõtmine. Traagiliste sündmuste puhul kaastunde avaldamine, kaastundeavalduste vastu võtmine. Poest õnnitluskaardi ja/ või kingituse ostmine.
Kodu. 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.	Kodu. Kodune aadress. Korter/ maja, erinevad ruumid/ hooned. Korrused majas. Oma tuba, selle sisustamine/ kujundamine.	Kodu. Oma kodu (vanemate juures, toetatud elamine jms). Kodu sisustamine, mööblikauplused ja nende sortiment. Taaskasutus, teise ringi mööbel. Kodu vanal ajal ja tänapäeval. Materjalid, millest majad on ehitatud (kivi, puu vms). Erinevad ehitised. Majad jm ehitised erinevates riikides. Võrdlemine ehitistega Eestis.
Eestimaa, eesti keel, eesti rahvus ja	Erinevad rahvused.	Erinevad rahvused ja rassid.

kombed. Eesti rahvuskombed läbi aja. Aastaring rahvakalendris. Emakeel. Eesti kirjanike luuletuste kuulamine. Eesti muinasjutud, nende kuulamine. Lihtsate dramatiseeringute jälgimine.	Erinevad rahvused klassis, koolis, kohtumised kooli külalistega. Teretamine erinevates keeltes. Teises keeles räägitud jutu ja laulude kuulamine. Eesti tuntud lastekirjanikud, nende loominguga tutvumine. Eesti kirjanike luule esitamine koos õpetajaga. Muinasjuttude kuulamine, jutustamine pildiseeria toel. Lühilavastuste esitamine õpetaja suunamisel. Eesti ja teiste maade rahvaste kombestikuga tutvumine, sarnasuste ja erinevuste leidmine. Erinevate maade lastekirjandus. Muinasjutud.	Inimestevaheliste rassiliste erisuste märkamine ja aktsepteerimine. Erinevate maade luuletuste, juttude ja muinasjuttude kuulamine, esitamine. Lühilavastused luuletuste ja juttude põhjal.
Ametid ja tööharjumus. 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). Koristaja tööülesanded koolis. Koristaja töö matkimine klassis mängulises tegevuses ja elulises situatsioonis. Koostegevuses klassi korrastamisel ja koristamisel osalemine. Suunamisel oma töökoha korrastamine. Isiklike töövahendite karbi paigutamine	Ametid ja tööharjumus. 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.	Ametid ja tööharjumus. Kodukoha lähedal asuvad ettevõtted ja asutused. Õpilasele jõukohased ametid, nt koristaja, pesumasinist, haljastustöötaja, majahoidja, köögitööline, laadija, sulane jms. Nende ametite tööülesanded. Töö vajadus ja põhjused, miks inimesed töötavad. Tutvumine jõukohaste ametitega: koristaja, aedniku abi, koka abi, erinevad hooaja ja abitööd jne. Korrapidaja ülesannete järjestamine. Ülesannete jaotamine koristustöödel.

selleks ettenähtud kohale. Suunamisel korrapidaja lihtsamate ülesannete täitmine (nt tahvli puhastamine, PCS piltide äravõtmine, klassis olevate laste piltide leidmine, juhendamisel ilmakalendri täitmine jne). Tutvumine erinevate koristamisel kasutatavate töövahendite ja nende otstarbega (nt lapp, hari, kühvel, luud, mopp, ämber). Juhendamisel erinevate tuttavate töövahendite kasutamine. Koostegevuses mööbli paigutamine klassiruumis sobivale kohale. Lühiajaline keskendumine tööprotsessile, koostegevuses töö lõpuleviimine (nt lapiga tolmu pühkimine). Koostegevuses eeskuju järgi hügieeni- ja ohutusnõuete järgimine. Lihtsate piltskeemide suunatud lugemine ja koostegevuses järgimine. Koostegevuses lihtsa töö kavandamine esemete ja/või pildimaterjali abil (nt igapäevaelu esemed, fotod, PCS pildid, piktogrammid vms). Abi vastuvõtmine, abi osutamisel tööprotsessis püsimine.	Meeldetuletamisel tuttavate koristustööde iseseisev sooritamine. 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, klassi pidu 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.	Töötegemiseks vajalike oskuste omandamine, omandatud oskuste ühendamine ahelaks. Praktilisel tööharjutusel osalemine. Plaanid pärast kooli, suunatud karjääri planeerimine. Rollimängud: töövestlused, tööle kandideerimine. Töökuulutuste portaalidest ja ajalehtedest töökuulutuste otsimine ja lugemine. Lihtsa CV koostamine. Koristustöö plaani koostamine pildimaterjali abil või kirjalikult. Koostatud plaani järgimine. Kaaslaste abivajaduse märkamine ja abi osutamine.
Raha. Teadmine raha olemasolust.	Raha otstarve ja kasutamine. Raha päritolu: palk, taskuraha, kingitud raha,	Eelarve ja kokkuhoid. Raha teenimise võimalused.

Raha otstarbe mõistmine. Mängulistes tegevustes sisseostude sooritamine, poeteemalised nuku- ja rollimängud, mänguraha kasutamine. Mänguraha ja pärisraha. Mündid ja paberraha.	annetus, taara tagastamine jms. Müntide ja paberraha välimus ja väärtus. Poes ostu sooritamine koostegevuses. Tutvumine iseteeninduskassadega. Poes kingituste valik sõbrale sünnipäevaks, jõuludeks. Kingituste pakkimine. Reklaamlehtedega tutvumine.	Esmane ettekujutus eelarvest ja selle koostamisest, oma tulude ja kulude määramine. Kokkuhoid - selle vajadus. Soovid ja võimalused. Reklaamlehtedest kauba valimine, soodsaima leidmine. Reklaami kasutegurid ja ohud. Kaupluste kliendikaardid ja nende abil kogutud raha kasutamine, soodustused. Ostude sooritamiseks ligikaudse rahasumma määratlemine abiga. Ostude eest tasumine sularahas ja/ või kaardiga. Pangakaart makseviisina, selle turvaline kasutus. Iseteeninduskassa kasutamine. Internetipoed. Internetipoodidest kauba valimine ja ostmine. Ohud internetipoodide kasutamisel. Lihtsa eelarve koostamine (nädal, kuu) verbaalsel suunamisel. Kingituse valimine ja ostmine. Erinevate riikide rahaühikud.
--	--	--

4.4.2 Teema: Mina-pilt, soovitusliku õppesisu õpitulemused

I arengutaseme lõpuks	II arengutaseme lõpuks	III arengutase
Õpilane: 1) teab enda nime ja reageerib sellele, tunneb	Õpilane: 1) teab olulisi andmeid enda kohta;	Õpilane: 1) teab, oskab leida ja kasutada vajaliku infot

end ära fotodelt; 2) teab enda sugu; 3) tunneb pereliikmeid ja teisi talle olulisi inimesi; 4) teab oma elukohta; 5) tunneb enda kehaosi, osutab nimetamisel neile ja nimetab neid; 6) täidab hügieeninõudeid abiga; 7) maitseb erinevaid toite; 8) märkab suunamisel enda põhiemotsioone; 9) osaleb erinevates füüsilistes tegevustes; 10) tunneb ära endale kuuluvad esemed; 11) teab oma asjade kokkulepitud hoiukohta; 12) oskab tuttava eseme ja õppevahendiga tegutseda vastavalt selle funktsioonile; 13) sooritab suunamisel lihtsamaid töövõtteid; 14) osaleb suunamisel lihtsamates kodutöodes; 15) tegutseb tuttavates olukordades põhimõttel tohib - ei tohi.	2) teab enda sünnipäeva, vanust; 3) kasutab suunatult igapäevaelus vajaminevaid isiklikke dokumente; 4) teab endast lähtuvalt oma pereliikmete sugulusastet ja nende nimesid; 5) teab pereliikmete ameteid; 6) määratleb end kuuluvana kindlasse gruppi (klass, sõpruskond jne); 7) teab oma kodu ja kooli aadressi; 8) teab kehaosi ning nende otstarvet; 9) meeldetuletamisel täidab hügieeninõudeid; 10) hoolitseb meeldetuletusel enda välimuse eest; 11) tunneb õpitud tervislike eluviise söömise ja liikumise osas; 12) tunneb ära oma põhiemotsioonid ja suunamisel reguleerib oma käitumist; 13) märkab ja tunneb ära kaaslaste põhiemotsioone, reageerib suunamisel neile sobivalt; 14) osaleb jõukohastes kodutöodes; 15) valib vastavalt tegevusele õige töövahendi; 16) hoiab korras oma koolitarbed;	isiklikest dokumentidest, kasutab igapäevaelus vajaminevaid isiklikke dokumente; 2) teab oma pere olulisi perekondlikke sündmusi ja sõprade sünnipäevi; 3) teab endast lähtuvalt oma pereliikmete sugulusastet, nende ja lähedaste ametit; 4) teab oma rahvust ja kodakondsust, oma põhiõigusi ja kohustusi; 5) planeerib suunamisel tulevast elukohta; 6) omab algteadmisi inimese organismist; 7) teab inimese elukaart, on teadlik kehalistest muutustest lapse- ja nooruki-, täiskasvanu- ja vanurieas; 8) täidab hügieeninõudeid; 9) hoolitseb enda välimuse ja puhtuse eest; 10) teeb endale toidu valimisel tervislikke valikuid; 11) valib endale meelepärase/sobiva kehalise tegevuse; 12) on teadlik ja annab vajaduse korral teada enda tervislikust seisundist; 13) kontrollib enamasti oma põhiemotsioone; 14) teeb vahet omandisuhtel oma - võõras - meie, käitub vastavalt;
--	---	--

	17) teeb vahet oma ja võõrastel asjadel, käitub vastavalt; 18) oskab tuttava esemega või töövahendiga tegutseda vastavalt selle otstarbele, valib vastavalt tegevusele õige töövahendi; 19) sooritab igapäevatoiminguid suhteliselt iseseisvalt, oskab vajadusel paluda abi; 20) hindab tegevusi põhimõttel meeldib - ei meeldi, oskan - ei oska, tahan - pean.	15) teeb jõukohast tööd kodus ja koolis; 16) tuleb toime enese teenindamisega; 17) märkab ja abistab teisi igapäevatoimingutes; 18) oskab tuttava tööriistaga tegutseda vastavalt selle otstarbele ja tegevuse eesmärgile; 19) hindab tegevusi põhimõttel õige - vale, meeldib - ei meeldi, tahan - teen, peab - teen, tahan - ei tohi - ei tee.
--	---	---

4.4.3 Teema: Eneseteenindusoskused ja käitumine, soovituslik õppesisu

I arengutase	II arengutase	III arengutase
Igapäevaoskused. Suunamisel iseseisev riietumine. Kinniste sulgemine koostegEVuses: lukk, suured nõõbid. Käte ja hammaste pesemine verbaalsel suunamisel ja/või skeemi järgi. Suunamisel iseseisev toimetulek WC-s. Suu pühkimine, nina nuuskamine, juuste kammimine verbaalsel suunamisel. Oskus küsida abi.	Igapäevaoskused. Iseseisev toimetulek peamiste igapäevaste eneseteenindus- ja hügieenitoimingutega. Lihtsamates situatsioonides oskus aidata teisi, nt garderoobis, sööklas. Kinniste sulgemine: lukupeaga lukk, trukid, nõõbid, sõlme sidumine. Isikliku hügieeni jälgimine. Raskuste puhul abi palumine. Toimetulek ja aktsepteeriv käitumine ujulas, (pere)arsti külastamisel, poes, ühistranspordis jm. Ühiskasutatava tualeti kasutamine.	Igapäevaoskused. Toimetulek isikliku hügieeniga lähtuvalt ealistest ja soolistest erinevustest. Enese regulaarne pesemine, pesemisvajaduse märkamine. Küünte lõikamise vajaduse märkamine, küünte lõikamine. Juuksuri teenused. Lipsu sidumine. Kaaslase abistamine (nt kingapaela sidumine, jope selga aitamine, toidu tõstmine vm).

Söömine. Söömine, söögilauas oma koha katmine ja enda koha koristamine. Tervisliku ja mõõduka toidukogusega harjutamine. Toidu valiku laiendamine.	Söömine. Laua katmine ja koristamine oma klassi õpilastele, valikute tegemine söömisel, elementaarsete lauakommete järgimine. Noa ja kahvli abil söömine. Söömine väljaspool kodu ja kooli: ekskursioonil, piknikul, kohvikus. Tervislik ja ebatervislik toit, nende eristamine, valik. Toidupüramiidi järgi söömisharjumuste jälgimine. Tervisliku toidutaldriku koostamine näidise alusel.	Söömine. Käitumine pidulauas, kohvikus, restoranis, rootsi lauas jm. Avalikus söögikohas tellimuse tegemine ja selle eest (abiga) maksmine. Viisakas söömine, noa abil toidu tükeldamine. Laua katmine pidulikeks sündmusteks. Tervislik toitumine: toidupüramiid, toidukorrad – ja kogused, söömiskultuur. Taimne toit ja loomne toit. Mitmekülgne toit. Vitamiinide vajadus. Ülekaalulisus ja rasvumine - nende ohud ja ennetamise võimalused. Dieet, selle liigid, vajadus ja ohud.
Käitumine. Käitumine erinevates situatsioonides (tund, vahetund, rühmatuba, arstikabinet jne). Suunamisel viisakussõnade/ viibete/ märkide "palun- aitäh/täna", "tere - head aega" kasutamine. Enda õige ja vale käitumise suunatud eristamine. Ohuolukorras liikumine evakatsioonijuhiga järgi. Isiklike asjade tundmine, eristamine kaaslasele.	Käitumine. Viisakas käitumine koolis ja väljaspool kooli: teater, ühistransport, kauplus jms. Viisakussõnade sihipärane kasutamine. Abi palumine, viisakas pöördumine teise inimese poole. Enda ja kaaslase õige ja vale käitumise eristamine. Hinnangu andmine teiste ja iseenda käitumisele. Ohuolukorras käitumine vastavalt juhiste järgi.	Käitumine. Viisakas ja ebaviisakas käitumine koolis ja väljaspool kooli erinevates ametiasutustes. Ebaviisakast käitumisest hoidumine. Vajaliku teabe saamine, abi küsimine ametiasutustes. Käitumise ohuolukorras. Ohu hindamine ja abi palumine/kutsumine. Digitalse keskkonna käitumise reeglid (internetis levivad petuskeemid, vaenukõne jne). Andmekaitse reeglid. Enda ja teiste fotode jagamine/postitamine.

asjadest. Loomade eest hoolitsemine koostegevuses.	Asjade laenamine ja tagastamine. Lemmikloomade eest hoolitsemine, vägivaldse käitumise vältimine	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.
Hoiatus- ja teabemärgid. Esmased kokkupuuted hoiatus- ja teabemärkidega: tualetid, arst, politsei, apteek jms. Koolis ühiskasutatavate ruumide leidmine teabemärkide alusel (tualett, medõde, aula, söökla, spordisaal jms).	Hoiatus- ja teabemärkide tundmine ning mõistmine. 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.	Hoiatus- ja teabemärkide mõistmine. Ümbritsevas keskkonnas orienteerumine õpitud hoiatus- ja teabemärkide järgi, nt majajuht, olmekeemia märgid, pesumärgid, triikraua reguleerimine, pliit ja praeahi, pesumasin jms. Linnaruumis orienteerumine liiklusmärkide abil, hoonete sees orienteerumine infomärkide abil. Mõisted siltidel "parim enne", "kõlblik kuni", toidu valimine nende lähtuvalt.

4.4.4 Teema: Eneseteenindusokused ja käitumine, soovitusliku õppesisu õpitulemused

I arengutase	II arengutase	III arengutase
Õpilane:	Õpilane:	Õpilane:

1) sooritab suunamisel eneseteenindustoiminguid, täidab hügieeninõudeid abiga; 2) sooritab igapäevatoiminguid osalise abiga; 3) korrastab abiga oma välimust; 4) märkab suunamisel ohtu, lähtub tegutsemisel hinnangust tohib - ei tohi; 5) teab ja kasutab meeldetuletamisel õpitud viisakusväljendeid.	1) eneseteenindustoiminguid teeb enamasti iseseisvalt, oskab vajaduse korral abi paluda; 2) hindab tegevusi põhimõttel meeldib - ei meeldi, oskan - ei oska, tahan - pean; 3) hoidub nähtavatest ohtudest, kutsub/pöördub abi järele; 4) käitub meeldetuletamisel viisakalt tuttavates situatsioonides.	1) tuleb toime enese teenindamisega, märkab ja abistab teisi igapäevatoimingutes; 2) hindab tegevusi põhimõttel õige -vale, meeldib - ei meeldi, tahan - teen, peab - teen, tahan - ei tohi - ei tee; 3) oskab lugeda hoiatus – ja teabemärke; 4) märkab endale ja teistele ohtlikke olukordi ja reageerib neile, kutsub abi, keeldub teda kahjustavatest tegevustest; 5) kasutab suhtluses viisakusväljendeid, täidab igapäevaseid viisakusreegleid.
--	--	---

4.4.5 Teema: Kool, soovituslik õppesisu

I arengutase	II arengutase	III arengutase
Kool. Minu klass, selle sisustus, mängunurk ja erinevad kohad õppimiseks, minu töökoht klassis. Õpetajate ja klassikaaslaste äratundmine. Minu klassi õpilased: kaaslaste nimed, poisid/tüdrukud. Erinevad ruumid koolimajas. Tuttavates ruumides orienteerumine. Tund ja vahetund: töö- ja puhkeaeg.	Kool. 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	Kool. Koolimaja ja selle ümbruse korrashoid. Kool ja tulevane töökoht. Elukutse/ameti valiku planeerimine ja suunamine, toetatud töö võimalused erinevates asutustes. Tutvumine kutseõppeasutuste, päevakeskuste ja tugikeskuste võimalustega. Kooli areng läbi ajaloo.

	lähiümbruses.	
Koolitarbed. Minu asjad, nende kasutamine ja korrashoid. Koolitarvete koht. Riietumine spordiriietesse, spordiriiete kokkupanemine koostegevuses.	Koolitarbed. Minu asjad – kaaslaste asjad – õpetaja asjad. Kaaslaste asjade võtmisel loa küsimine. 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.	Koolitarbed. Töökoha ja töövahendite korrashoid. Spordiriiete ja jalatsite korrashoid. Arvuti ja nutiseadmete sihipärane kasutus. Infootsing internetist. Nutiseadmete laadimine vastavalt vajadusele. Arvuti ja nutiseadme kasutus meelelahutuseks. Kontrollitud nutiseadmete kasutamise aeg.

4.4.6 Teema: Kool, soovitusliku õppesisu õpitulemused

I arengutase	II arengutase	III arengutase
Õpilane: 1) orienteerub klassiruumis ja selle lähiümbruses; 2) tunneb oma klassikaaslasi ja õpetajaid; 6) teab/kasutab pöördumisel kaaslaste ja õpetaja nime. 3) tunneb ära endale kuuluvad esemed; 4) teab oma asjade kokkulepitud hoiukohta; 5) kasutab tuttavat eset ja õppevahendit vastavalt selle otstarbele.	Õpilane: 1) orienteerub koolis ja kooli lähiümbruses; 2) teab kaaslaste ja õpetajate nimesid, kooli nime; 3) määratleb end kuuluvana kindlasse gruppi (klass, sõpruskond jne); 4) teab enda sünnipäeva, vanust; 5) teab kaaslaste vanust; 6) hoiab korras oma koolitarbed; 7) teeb vahet oma ja võõrastel asjadel, käitub vastavalt;	Õpilane: 1) osaleb oma tuleviku planeerimisel ja teeb suunamisel valikuid jätkuõppeks, valides etteantud valikute vahel; 2) teab oma sõprade sünnipäevi; 3) hoiab korras oma asjad ja lähema ümbruse; 4) teeb vahet oma – võõras – meie asjadel, käitub vastavalt; 5) oskab käsitseda õpitud multimeedia- ja digivahendeid; 6) oskab tuttava tööriistaga tegutseda vastavalt selle otstarbele ja tegevuse

	8) kasutab suunatult erinevaid digivahendeid praktilises tegevuses; 9) oskab tuttava esemega või töövahendiga tegutseda vastavalt selle otstarbele.	eesmärgile.
--	--	-------------

4.4.7 Teema: Vaba aeg, soovituslik õppesisu

I arengutase	II arengutase	III arengutase
Mänguõpetus. Individuealne mäng rühmas. Suunatud mängimine koos kaaslasega. Mänguasjade valimine, teisega jagamine ja paigutamine oma kohale.	Mänguõpetus. Jõukohased lauamängud, arvutimängud, lihtne rollimäng (imiteerimine). Mängureeglid. Võit ja kaotus.	Mänguõpetus. Seltskondlikud mängud, rollimängud. Arendavad ajaveetmise kohad internetis. Arvutimängud. Interneti piiratud kasutusvajadus ja seal leiduda võivad ohud.
Erinevad vaba aja veetmise võimalused. Pildiraamatute vaatamine/ lugemine, jalutuskäigud, lühimatkad, mängud toas ja õues jne. Osalemine klassi/kooli üritustel. Erinevad sõiduvahendid. Päevaplaani järgimine koostegevuses.	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.	Erinevad vaba aja veetmise võimalused. Klassipeo/ sünnipäevapeo/ planeerimine ja organiseerimine. Hobid ja harrastused. Osalemine huvialaringides kindla harrastusega tegelemiseks. Iseseisvalt või perega kultuuri-, spordi- vm üritustel osalemine koolis ja väljaspool kooli. Reisimine. Reisi planeerimine koostegevuses. Transpordi kasutamise võimalused. Päevakava koostamine ja järgimine.

Sport. Igapäevase õppetegevuse osana koostevuses liikumismängudes, jalutuskäikudel, matkadel osalemine. Mänguväljakute külastamine. Liikumispausid koolipäeva osana. Vahetundides, sh õuevahetundides läbiviidavates liikumistegevustes koostevuses osalemine. Sport kui harrastus. Liikumisringides koostevuses osalemine.	Sport. Igapäevase õppetegevuse osana suunamisel liikumis- ja sportmängudes, jalutuskäikudel, matkadel osalemine. Liikumispausid koolipäeva osana. Vahetundides, sh õuevahetundides läbiviidavates liikumistegevustes osalemine. Sport kui harrastus. Liikumis- ja spordiringides suunatud osalemine. Mänguväljakute, terviseradade, ujula kasutamine suunatult vastavalt kehtestatud reeglitele. Visuaalsete juhiste mõistmine, nt spordiväljakute kasutamise reeglid, trenažöörade kasutamise kirjeldus jms.. Võimete piires reeglite sõnastamine.	Sport. 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.
---	--	---

4.4.8 Teema: Vaba aeg, soovitusliku õppesisu õpitulemused

I arengutase	II arengutase	III arengutase
Õpilane: 1) osaleb suunamisel ühisüritustel ja -mängus; 2) on kaasatud eakohaste ja võimetele vastavatesse vabaaja tegevustesse; 3) kasutab suunatult digivahendeid mängulistes tegevustes; 4) eristab päeva ja ööd, töö- ja puhkepäevi; eristab õppetundi ja vahetundi;	Õpilane: 1) osaleb ürituste ettevalmistamisel, esineb pidudel; 2) valib vaba aja tegevuse etteantud valikute alusel ja tegeleb sellega suunatult; 3) kasutab suunatult erinevaid digivahendeid praktilises tegevuses; 4) külastab spordivõistlusi, teatrit, kino ja muid kultuuriasutusi;	Õpilane: 1) osaleb suunamisel kogukonna üritustel; 2) oskab teha ettevalmistusi tähtpäevade tähistamiseks; 3) tunneb enamlevinud tähtpäevade kombeid ja sümboliteid; 4) sisustab oma aega meelepärase tegevusega (muusika kuulamine, sportimine, lauamängud jms);

5) jälgib ja järgib suunamisel piltpäevakava.	5) teab lihtsamaid mängureegleid, peab neist kinni. 6) tunneb nädalapäevade järgnevust ja nimetusi, seostab nädalapäevi oma igapäevaste toimingutega; 7) jälgib ja järgib visuaalset päevakava.	5) oskab käsitseda õpitud multimeedia- ja digivahendeid; 6) koostab, jälgib ja järgib enda päevakava.
---	---	--

4.4.9 Teema: Aeg, soovituslik õppesisu

I arengutase	II arengutase	III arengutase
Ajajaotus. Ööpäeva osad: päev, öö. Õpilase tegevused päeval. Isiklik piltpäevaplaan. Päevaplaani järgimine koostevõttes. Tund ja vahetund: töö- ja puhkeaeg. Kooli/tööpäevad, puhkepäevad. Nädalapäevade nimetused, äratundmine.	Ajajaotus. Ööpäeva osad: hommik, lõuna, õhtu, öö. Inimese tegevused ööpäeva eri osadel. Päevaplaani jälgimine ja järgimine, vajadusel suunamisel. Kooli/tööpäevad, puhkepäevad, riiklikud pühad. Koolivaheajad. Nädalapäevade nimetuste mõistmine ja aktiivne kasutamine.	Ajajaotus. Aasta, kuu, nädal, ööpäev, tund, minut, sekund. Päeva- ja nädalarütm. Aastaring ajas (12 kuud, 4 aastaaga). Aastaajad, seostamine kuudega. Kuude järjestus ja numeratsioon. Sündmuste ja pidude seostamine aastaegadega. Päeva, nädala tegevuse planeerimine. Plaani järgimine.
Aastaajad. Ühised suunatud loodusvaatlused. Ilmavaatlustabeli täitmine õpetaja abiga. Sügis. Sügise eri meeltega tajutavad tunnused värvid looduses, loodusnähtused sügisel (lehtede kolletamine, langemine, rändlindude	Aastaajad. Ühised loodus- ja ilmavaatlused. Ilmavaatlustabeli täitmine. Sügis. Sügise eri meeltega tajutavad tunnused. Sügise tunnuste äratundmine looduses ja pildil. Võrdlemine teiste	Aastaajad. Aastaring looduses. Aastaegade vaheldumine, aastaegade vaheldumise põhjused. Päeva pikkus erinevatel aastaegadel, selle põhjused.

lahkumine jms). Aed sügisel. Sügisannid. Riietus sügisel. Tutvumine sügiseste tähtpäevadega: isadepäev, mardi- ja kadripäev. Talv. Talve, eri meeltega tajutavad, tunnused, talvised loodusnähtused (lumi, jää). Tegevused talvel: kelgutamine, lumememme ehitamine. Talispordivahendid, nende äratundmine ja kasutamine. Loomade ja lindude toitmine talvel. Loomade tegevused talvel. Talveriietus, oma riiete äratundmine. Tutvumine talviste tähtpäevadega: jõulud, vastlapäev. Kevad. Kevade, eri meeltega tajutavad, tunnused (lume sulamine, rändlindude saabumine, pajuoksad kevadel, esimesed kevadlilled jms). Kevadine riietus. Kevadised tähtpäevad: kevadpühad, emadepäev. Suvi. Suve eri meeltega tajutavad tunnused. Tegevused suvel: õuemängud, ujumine jms. Suvine riietus.	aastaaegadega. Lehtpuud ja põõsad sügisel. Rändlinnud. Sademed. Põld sügisel. Sügistööd aias ja põllul, tööriistad ja masinad. Sügisese tähtpäevad: õpetajate päev, mardipäev, isadepäev, kadripäev. Kõrbed, tähistamise ettevalmistamisel osalemine, esinemine. Talv. Talve eri meeltega tajutavad tunnused. Talve tunnuste äratundmine looduses ja pildil. Võrdlemine teiste aastaaegadega. Sademed talvel. Taimed ja loomad talvel. Kalad, putukad, linnud jm talvel. 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, tähistamise ettevalmistamisel osalemine, esinemine. Kevad. Kevade eri meeltega tajutavad	Õhutemperatuuri jälgimine, mõõtmine. Ilmaportaali internetis. Termomeetrinäidu märkimine tabelisse. Ilma saadete vaatamine ja kuulamine, töö seal antud teabega. Sport ja meelelahutus: erinevad sportimisviisid. Sportimine olenevalt aastaaegast. Loomad, linnud, putukad – elu seotus aastaaegade muutustega looduses. Tähtpäevad – peamised kõrbed ja tavad, ettevalmistamine, tähistamine, Osalemine hooajalistes töodes. Puhastusteenused. Aiandus. Põllumajandus.
---	---	---

Suvised tähtpäevad: jaanipäev.	tunnused, muutuste jälgimine looduses. Võrdlemine teiste aastaaegadega. Kevadlilled. Rändlindude saabumine. Kevadised tähtpäevad: kevadpühad, emadepäev. Komed, tähistamiste ettevalmistamisel osalemine, esinemine. Suvi. 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). Suvised tähtpäevad: jaanipäev. Komed, tähistamine.	
Kalender. Teadmine kalendri olemasolust ning otstarbest. Nädalapäevade nimetused. PCS piltide, piktogrammide vm pildilise materjalina esitatult äratundmine, seostamine vastavate värvide ja tähtedega. Aastaajad. Aastaaegade nimetused ja järgnevus.	Kalender. Nädalapäevade nimetused ja järjestus. Kuude nimetused. Suunamisel kuude seostamine aastaaegadega ja kuude järgnevus. Kuupäeva tähistamine kalendris eeskuju järgi. Enda sünnipäev ja vanus.	Kalender. Kalendris orienteerumise oskus. Kuude nimetused ja järjestus. Kuude seostamine aastaaegadega. Kuupäeva märkimine ja seostamine kalendris. Enda, (pereliikmete ja klassikaaslaste) sünnipäev ja vanus.

Koostegevuses klassis kalendri täitmine (nädala- ja kuupäev, ilm).		
Kell. Teadmine kella olemasolust ning otstarbest. Kiire ja aeglane. Aja kulu mõõtmine erinevate vahenditega: liivakell, taimerid vms.	Kell. Täis- ja pooltund. Erinevad kellad (mehaanilised, digitaalsed, liivakellad, päikesekellad, kella jälgimine nutiseadmetes). Tegevuseks kulunud aja jälgimine.	Kell. Täistund, pooltund, veerandtund, kolmveerandtund. Töö mehaaniliste ja digitaalsete kelladega, nende omavaheline aja seostamine. Kella 24h piires mõistmine (nt 8:00 = 20:00, 9:00 = 21:00). Ajakavad: tunniplaan, telekava, sõiduplaan jms. Arsti, juuksuri vm visiidi kokkuleppeline aeg. Kellaaeg päevaplaanis orientiirina, tegevuseks kulunud ja planeeritav aeg.
Vana aja lood Perekonna lugu: vanemad, vanavanemad. Vanemate ja vanavanemate lood lapsepõlvest. Perekonna tähtpäevad ja nende tähistamine. Vana aja toa- ja õuemängud, vanaaegsed mänguasjad. Eesti rahvapärinus. Rahvakalendri tähtpäevade tähistamine koostegevuses.	Vana aja lood Perekonna lugu: lihtne sugupuu. Eesti rahvapärinus. 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.	Vana aja lood Rahvakalendri tähtpäevade kombed, toit. Peamised sündmused Eesti ajaloos. Eesti linnade tekkimise ajalugu. Kodulinna sünnipäev. Kodulinna fotod erinevatest aegadest. Eesti Vabariik. Tuntud inimesed. Presidendid. Erinevad ajaperioodid jääaeg, kiviaeg, rauaaeg jne. Inimtegevus (nt küttimine, korilus, maaharimine jms), ehitised, toit, riietus, transport jms erinevatel ajaperioodidel.

4.4.10 Teema: Aeg, soovitusliku õppesisu õpitulemused

I arengutase	II arengutase	III arengutase
Õpilane: 1) eristab päeva ja ööd, töö- ja puhkepäevi; 2) eristab õppetundi ja vahetundi; 3) nimetab suunamisel käesolevat aastaaega; 4) osaleb suunamisel loodusvaatlustes; 5) märkab aastaaegade tajutavaid tunnuseid, riitub abiga vastavalt aastaajale; 6) on osalenud rahvakalendri tähtpäevade tähistamisel; 7) jälgib ja järgib suunamisel piltpäevakava.	Õpilane: 1) teab ja järgib ööpäevarütmi oma tegevuse planeerimisel; 2) tunneb nädalapäevade järgnevust ja nimetusi, seostab nädalapäevi oma igapäevaste toimingutega; 3) nimetab abiga aastaaegu õiges järjestuses; 4) vaatab suunamisel ilma ja riitub suunamisel vastavalt ilmale, teab seoses aastaaegade loodusnähtuste olulisi tunnuseid; 5) jälgib kella, oskab nimetada täistunde; 6) on tutvunud esivanemate eluoluga, sh rahvakalendri tähtpäevadega; 7) jälgib ja järgib visuaalset päevakava.	Õpilane: 1) nimetab kuupäeva, aasta, orienteerub kalendris; 2) nimetab ja järjestab kuude nimetusi ja seostab neid aastaaegadega; 3) oskab nimetada hetke ilma olulisemaid tunnuseid, lugeda (sümbol)ilmateadet ja vastavalt sellele riituda; 4) märgib ja nimetab täis- ja pool-, veerand-, kolmveerandtunni, abiga veerandtunni; 5) asutab kella aja planeerimisel; 6) mõistab inimeste eluolu erisusi erinevatel ajaperioodidel; 7) teab olulisemaid sündmusi Eesti ajaloos; 8) teab rahvakalendri tähtpäevi aastaringis; 9) koostab, jälgib ja järgib enda päevakava

4.4.11 Teema: Eluta ja elus loodus, soovituslik õppesisu

I arengutase	II arengutase	III arengutase
Elus ja eluta loodus. Esmane kokkupuude mõistetega elus/eluta.	Elus ja eluta loodus. Elusolendid: inimene, loomad, linnud, putukad, taimed. Elusolendite ühised tunnused. Looduslikud eluta looduse osad (vesi, õhk,	Elus ja eluta loodus. Elus ja eluta looduse tunnused ja osad. Elus ja eluta looduse osade eristamine ja rühmitamine tunnuste alusel.

	maavarad, päike, kuu) ja inimeste poolt valmistatud asjad.	
Keskkonnakaitse. Esmased teadmised prügi sorteerimisest ja selle vajadusest. Prügi viskamine prügikasti. Koostegevuses prügi sorteerimine: paber/ papp, biojäätmel.	Keskkonnakaitse. Esmased teadmised keskkonnakaitsest. Vee- ja elektri kokkuhoid: tule kustutamine, käte seebitamisel/ hammaste pesemisel kraani sulgemine, tualetis sobiva veekoguse laskmine, käte kuivatuspaberi, WC-paberi säästlik kasutamine jms. Prügi sorteerimine: paber/papp, biojäätmel, klaas, patareid. Taaskasutamise põhimõtted. Paberi taaskasutus joonistamiseks, meisterdamiseks. Riiete jm esemete sorteerimine põhimõttel: taaskasutamiseks kõlblikud - tuleb ära visata. Koduloomade väljaheidete koristamine õues.	Keskkonnakaitse. Looduskaitse/keskkonnakaitse. Keskkonnareostuse äratundmine (nt reostunud veekogu, metsa alla visatud prügi), sellest teavitamine, selle vältimine. Tutvumine reostamise tagajärgedega ümbritsevas looduses ja videomaterjali abil. Võimalused reostuse vähendamiseks: taaskasutus, plastiknõude, kilekottide jms kasutamise vähendamine. Prügi sorteerimine: paber/papp, biojäätmel, klaas, plast- ja metallpakend, joogikartong, patareid, vanad lambid, vanad (mustad) riided. Puhta riietuse/ jalanõude/ mänguasjade vms taaskasutamine, annetamine, konteineritesse / taaskastuskeskustesse viimine.
Elusloodus. Taimed. Lilled. Vaatlemine suunatult sügisel, talvel, kevadel, suvel. Õpitud lillede äratundmine kasvukohas, ruumide kaunistustes, pildil, kujutamine kunsti ja käelise tegevuse töödes. Lillede kasvatamine klassis. Lillede hooldamine koostegevuses (kastmine, tolmu pühkimine).	Elusloodus. Taimed. Söödavad ja mürgised taimed. Taime osad: juur, vars, lehed, õied, seemned, viljad. Taimede areng seemnest. Taimede eluks vajalikud tingimused: vesi, valgus, soojus, toitained.	Elusloodus. Taimed. Toataimed: Toataimede kasvatamine: valgus, temperatuur, niiskus. Toataimede kasutamine ruumide kujundamisel. Toataimed kui õhupuhastajad. Puu, põõsas, puhmas, rohhtaim, sammal, samblik Ühe- ja mitmeaastased taimed.

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 häälte äratundmine, matkimine. Loomade/lindude liikumisviisid, liikumisviiside äratundmine, liikumise matkimine.	Üheaastased taimed. Lilled. Toa -,aia - ja põllulilled. Lillede kasvatamine. Okas-ja lehtpuude enamlevinud liigid, erinevused ja sarnasused. Puud erinevatel aastaegadel. 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.	Töötamine aedniku abilisenä. Tööd pargis. Mets. Metsa tähtsus. Eestis esinevad metsatüübid. Metsatööd. Loomad. Kodu- ja metsloomad, kodu- ja metslinnud. Loomariigi mitmekesisus: teistes loodusvööndites elavad loomad. Imetajad: välisehitus, levinumad liigid, tähtsus. Putukad: tähtsus looduses. Putukate kasulikkus inimesele. Putukahammustused, esmaabi. Mesilane/mesilaste pidamine. Kahepaiksed: välised tunnused, elupaik Roomajad: välised tunnused, elupaik, ohud. Esmaabi rästikuhammustuse puhul. Kalad: välised tunnused, elupaik, enamlevinud kalaliigid Eestis. Kasulikkus inimesele. Kalapüük. Linnud: välised tunnused, levinumad linnuliigid, elupaigad, tähtsus. Toitumisahel. Elu ja töö talus ja farmis, kodutute loomade varjupaigas.
---	---	---

	Kodu-/lemmikloomade ja lindude eest hoolitsemine. Loomade kasulikkus inimesele. Loomade kaitse. Toitumine, poegimine. Noorloomad. Metsloomade elu erinevatel aastaaegadel. Käitumisreeglid mesitaru, sipelgapesa, linnupesa leidmisel.	
Eluta loodus. Mängud vee ja liivaga. Soe vesi, külm vesi, jää, lumi. Savist voolimine. Õhupalli täispuhumine ja õhu väljalaskmine. Valgus ja pimedus. Varjuteater.	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 termomeetrilt (seoste loomine, et punane värv on soe ja sinine külm). Muld. Muld taimede kasvukeskkonna ja loomade elupaigana. Valgusõpetus. Pime ja valge aeg. Päike, kuu, tähed.	Eluta loodus. Vesi. Vee leidumine looduses, tähtsus, kaitse. Puhta vee omadused. Vee olekute seos temperatuuri- muutustega. Vee ringkäik looduses. Veekogud (looduslikud ja tehisveekogud). Puhtad/saastatud veekogud. Õhk. Puhta õhu omadused. Õhu tähtsus. Õhusoojus: soe õhk, külm õhk. Erinevad soojusallikad (päike, ahi, radiaator, kamin). Õhutemperatuur erinevatel aastaaegadel. Puhas õhk ja saastatud õhk. Termomeeter. Temperatuuriskaala. Pluss- ja miinuskraadid. Õhu-, keha- ja veetemperatuuri mõõtmine. Ilmateate mõistmine. Loodusvarad. Loodusvara/maavara. Maavarade tähtsus inimese elus.

		Savi, liiv, turvas, põlevkivi, paekivi. Muld, mulla harimine. Loodusvarade säästlik kasutamine. Loodushoid. Valgusõpetus. Looduslikud ja kunstlikud valgusallikad. Prillid, suurendusklaas. Hea valgustuse tähtsus. Elekter igapäevaelus. Ohutus. Elektri tähtsus ja säästmine.
--	--	--

4.4.12 Teema: Eluta ja elus loodus, soovitusliku õppesisu õpitulemused

I arengutase	II arengutase	III arengutase
Õpilane: 1) tunneb õpitud mets- ja koduloomi, aed – ja puuvilju, taimi; 2) teab kodu- ja metsloomade hääletsusi ja liikumisviise. 3) osaleb suunamisel loodusvaatlustes; 4) eristab suunamisel prügi vajalikest esemetest ja viib prügikasti.	Õpilane: 1) eristab elus- ja eluta loodust, teab nende tähtsust inimesele; 2) rühmitab elus- ja eluta looduse õpitud objekte/esindajaid oluliste tunnuste järgi, teab nende elupaiku; 3) teab levinumaid ränd- ja paigalinde, lindude rände vajalikkust; 4) teab lindude ja loomade abistamise vajalikkust talvel; 5) tunneb lihtsamaid loodushoiu põhimõtteid (vee- ja elektri kokkuhoid, prügi vähendamine ja sorteerimine, taaskasutus).	Õpilane: 1) nimetab õpitu ulatuses elus- ja eluta looduse esindajate olulisemaid tunnuseid, teab elus ja eluta looduse esindajate kasulikkust inimesele; 2) teeb jõukohast tööd kodus ja koolis; 3) teab oluliste loodusnähtuste praktilist tähtsust inimesele; 4) tunneb loodushoiu ja säästva eluviisi põhitõdesid, järgib neid.

4.4.13 Teema: Maateadus, soovituslik õppesisu

I arengutase	II arengutase	III arengutase
Elukoht. Asula, kus õpilane elab. Linn/ maa. Õues ja pildilt oma maja ära tundmine.	Elukoht. Kodukoha lähem tundmaõppimine. Elu linnas ja maal. Kodune aadress. Tänava - maantee. Eramaja - kortermaja. Materjalid, millest maja on ehitatud.	Elukoht. Maja ja korteri number. Korrus. Koduse aadressi kirjutamine, ütlemine. Turvalisus: kellele võib vastavat teavet edastada. Oma kodulinna/valla paberkaart ja digitaalne kaart, olulisemate kohtade leidmine sellelt (kodu, kool jms). Digitaalse kaardi abil teekonna planeerimine.
Eestima. Kodumaa Eesti. Eesti pealinn Tallinn. Kodukoht. Kodukoha nimi. Õppekäigud kodukohas. Kodukohas olevate objektide fotode järgi äratundmine ja nende leidmine õppekäikudel.	Eestima. Kodukoht Eesti kaardil. Linnad, järved, jõed kodukoha vahetus ümbruses. Tutvumine digitaalse kaardiga. <i>Google maps</i> 'i abil kodukoha vaatamine. EV sümboolika. Eesti hümn, lipp ja vapp. Eesti rahvuslind, -lill. Pealinn. Rahvariided. Eesti president.	Eestima. Eesti kaart. Suuremad linnad, jõed, järved Eestimaal. Maakonnad. Õpilaste poolt külastatud linnade jm asulad. Eesti naaberriigid. Naaberriikide rahvad, keel ja rahvussümboolika. Digitaalse kaardi kasutamine.
Pinnavormid. Künkast üles ja alla ronimine. Kelgutamine.	Pinnavormid. Mägi, org, saar. Raba ja soo. Matkamine mitmekesisel maastikul.	Pinnavormid. Org, tasandik, poolsaar. Matkamine mitmekesisel maastikul.
Ilmakaared. Esmane tutvumine mõistetega põhi ja lõuna: lõunamaa, põhjamaa. Lõuna- ja põhjamaal tehtud fotode vaatamine.	Ilmakaared. Koostöös õpetajaga põhja - lõuna suuna näitamine oma klassis, toas kompassi järgi.	Ilmakaared. Põhja- ja lõunasuuna määramine kompassiga. Tutvumine mõistega lääs ja ida. Eesti kaardil Põhja-Eesti, Lõuna-Eesti,

		Lääne-Eesti, Ida-Eesti.
Plaan, maakaart, gloobus. Mängud reaalsete esemete vähendatud kujutistega: nukud, mudelautod, nukumajad jms. Ühistööna koolimaja, kooliõue, klassiruumi maketi meisterdamine erinevatest vahenditest (klotsid, karbid, pulgad jms). Pallimängud. Eesti kaardi ühisvaatlemine ja värvi alusel võrdlemine. Mida ja kuidas märgitakse kaardil: linnad, jõed, metsad, mäed jne. Jõgede, majade, puude jms voolimine.	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. Esmane tutvumine gloobusega. Gloobus kui maakera vähendatud mudel ehk „väike maakera“. Maailmaruum:. Esmane tutvumine maailmaruumiga. Maa, päike, kuu, tähed, teised planeedid.	Plaan, maakaart, gloobus. Plaan. Klassi plaani koostamine ja kasutamine ruumis orienteerumisel. Plaanil märgitud objektide/esemete leidmine klassis, koolis, õues. Kodulinna/küla plaan, oluliste objektide leidmine plaanilt. Orienteerumismängud koduasulas. Kaart. Geograafiline Eesti, Euroopa ja maailma kaart: vaatlemine, võrdlemine. Eestimaa leidmine Euroopa ja maailma kaardilt. Eesti naaberriigid kaardil. Õpilaste jaoks olulised Euroopa ja maailma riigid. Leppevärvused ja -märgid kaardil. Ookeanidele, maismaale, jõgedele, järvedele, asulatele osutamine erinevatel kaartidel. Leppemärgid digitaalsel kaardil: pood, kohvik, kool, park, haigla, peatus jne. Gloobus. Eesti asukoha leidmine ja märkimine gloobusel. Maailmaruum. Kosmos ja maailmaruum, planeetide nimetused. Elu tekkimine Maal.

4.4.14 Teema: Maateadus, soovitusliku õppesisu õpitulemused

I arengutase	II arengutase	III arengutase
Õpilane: 1) orienteerub lähiümbruses; 2) liigub koos täiskasvanuga tuttavalt marsruudil; 3) teab enda elukohta.	Õpilane: 1) orienteerub koolis ja kooli lähiümbruses; 2) teab asulaid kodukoha ümbruses, tunneb ära Eesti kaardi ja kasutab suunatult digitaalset kaarti; 3) tunneb ära riigi sümboolika, täidab suunatult sellega seostuvaid käitumisreegleid; 4) teab põhiilmakaari.	Õpilane: 1) orienteerub tuttavas avalikus ruumis; 2) teab ja näitab kaardilt Eesti suuremaid linnu, saari, veekogusid ning õpitud välisriike; 3) kasutab õpitu piires digitaalset kaarti; 4) tunneb riigi sümboleid, täidab nendega seotud käitumisreegleid; 5) oma võimete piires mõistab maailmaruumi olemust.

4.4.15 Teema: Ohutus, soovituslik õppesisu

I arengutase	II arengutase	III arengutase
Liiklus. Kõnnitee, sõidutee, maantee, ülekäigurajad, foorid. Ohutu liiklemine kooli ümbruses. Erinevad sõidukid teedel.	Liiklus. Ohutu liiklemine koduasulas. Kergliiklustee. Tee kodust koolini ja koolist koju. Ühissõidukid: sõidukisse sisenemine (kaardi valideerimine, pileti eest maksmine, nupu vajutamine uste avamiseks) ja väljumine. Liiklemine asulavälisel teel. Peamised liiklusmärgid: bussipeatus, kõnnitee, jalgrattatee, käigu-keeld, ülekäigurada, parkla, käigutunnel, esmaabi. Liiklemine pimedal ajal, helkuri kasutamine.	Liiklus. Liiklusmärgid. Liikluseeskirja vajalike sätete tundmine ja järgimine liikluses. Viisakusreeglid ühistranspordis: koha andmine piiratud liikumisvõimega inimestele, pensionäridele, rasedatele. Ühistranspordis piktogrammide ja teabemärkide mõistmine. Jalgratta, rula, tõukerattaga ohutu liiklemine: turvavarustus, helkurid jms.

	Autos ja bussis turvavöö kasutamine.	
Ohutusnõuete täitmine. Adekvaatne käitumine häire korral. Õpetaja/täiskasvanu korralduste järgimine hädaolukorras.	Ohutusnõuete täitmine. Käitumine ohuolukorras. Telefoni kasutamine. Hädaabinumber 112. Suunamisel adekvaatne käitumine, abi palumine/ kutsumine tulekahju, vette kukkumise, asjade varastamise korral. Käitumine putuka / looma hammustuse korral. Enesekaitse reeglid palava, külma ilma korral. Lihtne esmaabi.	Ohutusnõuete täitmine:. Hädaabinumber 112, vajaliku informatsiooni edastamine. Käitumine erinevates ohusituatsioonides. Evakuatsioonisiltide mõistmine ja järgimine. Telefoni kasutamine. Enesele ja teistele suunatud ohtliku käitumise märkamine, ohu vältimine, abi palumine/kutsumine.

4.4.16 Teema: Ohutus, soovitusliku õppesisu õpitulemused

I arengutase	II arengutase	III arengutase
Õpilane: 1) orienteerub lähemas ümbruses, nii koolis kui kodus; 2) lähtub tegutsemisel hinnangust tohib / ei tohi; 3) märkab suunamisel ohtu; 4) täidab meeldetuletusel õpitud ohutu käitumise reegleid, sh liikluses.	Õpilane: 1) oskab võimalikult iseseisvalt liikuda kooli/kodu ümbruses; 2) hindab tegevusi põhimõttel õige - vale, tohib - ei tohi; 3) järgib õppekäikudel liikudes suunatult ohutusreegleid; 4) tunneb õpitud liiklusreegleid ja märke; 5) hoidub nähtavatest ohtudest, kutsub vajaduse korral abi; 6) teab ühissõiduki kasutamise reegleid;	Õpilane: 1) liikleb võimalikult iseseisvalt koduasulas; 2) oskab õppekäikudel liigelda vastavalt liiklusreeglitele ja -märkidele; 3) loeb ja mõistab hoiatus- ja teabemärke; 3) märkab endale ja teistele ohtlikke olukordi ja reageerib neile, kutsub abi; 4) keeldub teda kahjustavatest tegevustest.

	7) oskab käituda ohuolukorras, teab hädaabinumbreid; 8) oskab paluda ja kutsuda abi.	
--	---	--

5. Eesti keel

Eesti keel toimetulekuõppes emakeelena on keskne vahend suhtlemiseks, mõtlemise ja tunnetuse arendamiseks, tegevuste kavandamiseks ja reguleerimiseks ning sotsiaalsete oskuste kujundamiseks.

Emakeele õpetamine toimetulekuõppes on praktiline ning lähtub iga õpilase kõne mõistmise ja kasutamise tasemest. Õpilaste kõnelised võimed on erinevad – on kõnetuid õpilasi kui neid, kes suudavad oma kogemusi edasi anda sisukate ja grammatiliselt korrektsete lausetega. Oluline on varakult märgata kuulmis- ja nägemispuudeid, et lisaks tavapärasele õppetööle rakendada ka sobivat teraapiat. Kõnetute õpilaste puhul tuleb võimalikult varakult kasutusele võtta kõnet toetavad või asendavad suhtlusvahendid (PCS pildid ehk *picture communication system*, lihtsustatud viiped, kommunikaatorid).

Emakeele õpetamise eesmärgiks on eelkõige kuulamise ja kõnelemise (st kõne mõistmise ja kõnelise väljendusoskuse) arendamine ja funktsionaalse keelekasutuse (oma soovide ja vajaduste väljendamine) õpetamine. Igapäevase õppetöö sisu on kõnest arusaamise ja lauseloome õpetamine. Õpetusse kaasatakse mittekõnelised kommunikatsiooniviisid (miimika, žestid, viiped, graafilised meetodid) nende õpilaste arendamisel, kes häälikulist kõnet kasutada ei saa. Õpetamisel kasutatakse erinevaid metoodilisi võtteid nagu õpetaja ja õpilase vahelise otsese kõnelise kontakti loomine, rütmi- ja meloodiaharjutused, kuulamisõpetus, hingamis- ja artikulatsiooniharjutused, koos- ja järelkõne, rollimängud, pildivaatlused ja korralduste täitmine. Kõnesituatsiooni loomiseks kasutatakse kõiki võimalusi. Kõnearendus on toimetulekuõppekava tähtsamaid õppevaldkondi ja toimub pidevalt kogu õppetöö vältel.

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.

Kõnearenduses pööratakse tähelepanu kõneorganite liikuvuse arendamisele, teadlikule kuulamisele ning kõne kogemisele eneseväljendusvahendina. Lapsele luuakse võimalusi rääkimiseks, suhtlemiseks ja suhete loomiseks. Kõnelise väljendusoskuse arenedes paranevad ka tema võimalused kontakti algatada, tundeid väljendada ja infot edastada.

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 häälsüste ja sõnade järel 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. Lugema õppimisel on oluline roll signaalsõnade (nt sildid, liiklusmärgid, tänavanimed ja sõnakaardid) meeldejätmisel. **Toimetulekuõppes tähendab lugemisoskus eelkõige oskust mõista ümbritsevat maailma – esemeid, pilte, sümboleid ja olukordi – ning saada nende kaudu iseseisvalt infot.** Traditsiooniline lugemisoskus kujuneb vastavalt lapse võimetele.

Arengutasemete kaupa toimub **lugema õppimine järgmiselt:**

- I tasemel õpitakse lugema esemeid, pilte, sümboleid ja lihtsaid signaale ning tundma tähekujusid;
- II tasemel loetakse üksiksõnu ja sõnaühendeid;
- III tasemel jõutakse lihtsate tekstide lugemiseni.

Tähtede lugemise õppimine algab II arengutasemel jooksul ning eeldab, et õpilane:

- eristab geomeetrilisi põhivorme ning nende kombinatsioone;
- suudab tervikut liigendada ja osadest tervikut moodustada;
- eristab kõnet teistest hääldest;
- suudab optilises ja akustilises plaanis ära tunda sarnasust ja eristada erinevusi;

- suudab keskenduda kõne akustilisele ja kirja optilisele vormile;
- on võimeline visuaalseid märke ja akustilisi signaale meelde jätma ja edasi andma.

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

Üksikjuhtumitel võib õppetöö käigus ka kõrgemaid õppe-eesmärke seada. Kirjutamise õpetamine Toimetulekuõppekava järgi on eelkõige märkide, sümbolite ja piltide joonistamine ning kirjutamine. Kirjutamise õpetamise eesmärk on anda õpilasele täiendav võimalus oma tundeid ja soove väljendada, et saavutada paremat suhtlemistaset.

Kirjutama õppimise etapid on:

- ruumisuhete tundmaõppimine;
- piltkirja kirjutamine;
- templi abil kirjutamine;
- tähtede põhivormide õppimine;
- trüki(kirja)tähtede kirjutamine.

Emakeeleõpetus on tihedalt seotud **elu-ja toimetulekuoskustega**, nende õpetamisega taotletakse, et õpilane õpib:

- kuulama temale suunatud kõnet;
- reageerima õigesti korraldusele, vastama küsimusele;
- väljendama oma soove ja tundeid;
- mõistma jõukohase ettelõetud teksti tähendust ja mõtet;
- mõistma igapäevase lihtsa verbaalse teate sisu;
- kirjutama oma nime.

Hilariuse Koolis toetub kõnearendus põhitunni struktuurile. Pärast kooli ühist hommikusalmi lugemist saalis algab klassis rütmiline osa. Selles sisalduvad üldorienteerivad lühivestlused, hääldusharjutused hääldamise täpsustamiseks, kõnerütmi parandamiseks ja sõrmemängud. Laulu- ja ringmängud kuuluvad samuti rütmilisse ossa, mille põhiosad muutuvad alles nädalate tagant. Oluline on ka kuulamisoskuse arendamine,

tugiviibete kaasamist kooslugemisse, niihästi kogu klassile kui ka üksikutele lastele, niivõrd kui nende kõne vajab erilist tähelepanu ja hooldust. Rütmiline osa tunni alguses ning jutustav, lugude kuulamise ning taastamise osa tunni lõpus kindlustab igapäevases õppetöös laste tähelepanu hoidmise. Grammatika õppimine toimub kõnearenduslike vestluste ja situatsioonmängude kaudu, kus õpetaja tekitab kõnesituatsiooni, kus on vaja teatud üksiksõna nimetada, hiljem ka käändevormi või lausemalli kasutada. Töö toimub meetodil – esmalt tajumine õpetaja kõnes, siis hääldame koos õpetajaga, siis õpetaja eeskuju järgi iseseisvalt, kuid töö toimub alati praktilises tegevussituatsioonis.

Seega eesti keele õppe iseloom toimetulekuõppes:

- **Praktiline ja eluline** – õpe on suunatud igapäevaseks toimetulekuks vajalike oskuste kujundamisele (nt soovide väljendamine, juhiste mõistmine).
- **Individuaalne** – lähtutakse iga õpilase kõne mõistmise ja väljendusoskuse tasemest ning arenguvõimalustest.
- **Mitmekesine ja paindlik** – kasutatakse erinevaid meetodeid (liikumine, rütm, mäng, pildid, rollimängud), et toetada õppimist erinevate kanalite kaudu.
- **Suhtluskeskne** – keskendutakse eelkõige kuulamis- ja kõnelemisoskuse arendamisele ning suhtlemisoskuse kujunemisele.
- **Funktsionaalne** – keelt õpitakse kasutama praktilistes olukordades, et väljendada oma vajadusi ja mõista teisi.
- **Kaasav** – arvestatakse ka kõnetute õpilastega, kasutades alternatiivseid ja toetavaid suhtlusvahendeid (nt žestid, viiped, pildid).
- **Järjepidev ja lõimitud** – kõnearendus toimub pidevalt kõigis tegevustes ja õppeainetes.
- **Koostööpõhine** – oluline on koostöö õpetaja, spetsialistide ja kodu vahel.
- **Arenguline** – õpe liigub lihtsamalt keerukamale, arvestades lapse individuaalset arengut ja valmisolekut (nt lugemise tasemed).

Waldorfpedagoogikas nähakse keeleõpet tervikliku ja arengulise protsessina, mis arvestab lapse individuaalset arengut, vanust ja võimeid. On oluline, et õpetaja kasutaks selget, rikast ja elavat eesti keelt, sest keele areng toimub vahetus inimlikus suhtluses. Õpetaja ülesanne on toetada iga õpilast, eriti neid, kelle eneseväljendusoskus on piiratum, aidates neil leida erinevaid suhtlemisviise.

1. klassis (vanus 7-8) alustab õpetaja õpet muinasjuttude jutustamisega, mille eesmärk on ergutada laste kujutlusvõimet ja luua elav side keele ning maailma vahel. Lood on lihtsad ja pildilised, käsitledes looduse ja inimese omavahelist elavat koosmõju – näiteks kõnetavad puud loomi või taimed toetavad üksteist. Õpetaja rikastab jutustamist suurte värviliste tahvlijoonistustega ning kasutab arusaamise toetamiseks kindanukke, liikumismänge, riime ja ringmänge. Nii saab iga laps kogeda keelt rütmi, liikumise ja ilu kaudu.

Selles vanuses kogeb laps maailma eelkõige läbi liikumise ning temas kujuneb vormitunnetus, mis on aluseks hilisemale lugemis- ja kirjutamisoskusele. Vormitunnetust arendatakse liikumise, maalimise ning sirgete ja kõverate joonte joonistamise kaudu (vormijoonistus). Mõned õpilased jõuavad selle protsessi käigus ka kirjutamisoskuseni, seostades kujundeid looduse ja oma kujutluspiltidega. Teiste jaoks on see pikem arengutee, mis toetab eelkõige liikumise ja ruumitaju kujunemist.

Osa lapsi hakkab mõistma tähtede ja kujundite seoseid – näiteks võib kõrge mägi, millel prints ronib, meenutada M-tähte, sisalik S-tähte ning kuningas K-tähte.

2. klassis (vanus 8-9) julgustatakse lapsi aktiivsemalt keelt kasutama. Nad näitlevad, joonistavad ja jutustavad oma sõnadega ümber loomamuinasjutte ja pühakute legende. Vastavalt oma võimetele kirjutavad või kopeerivad õpilased lühikesi lauseid ning harjutavad nende “lugemist”. Mõnele õpilasele võib õpetaja koostada pildiraamatu, mille abil harjutatakse sõnade äratundmist ja tähtede seostamist häälikutega.

3. klassis (vanus 9-10) tutvustatakse esmakordselt grammatika elemente, alustades lauseehitusest. Lapsele kõige lähedasemad on tegusõnad, mida õpitakse läbi liikumise ja ühistegevuse, tehes seda rõõmsalt. Omadussõnade ja nimisõnade käsitlemine aitab märgata maailma omadusi ja nähtusi. Omadussõnade iseloom on rahulikum ja värve jälgiv, nimisõnad aga abstraktsemad ja külmemad. Lauseloome toimub mänguliselt, haarates kogu last – tema mõtteid, tundeid ja tahet. Mõned õpilased saavad õppida selliseid lauseid värviliste pliiatsitega kirjutama.

Laste kasvades muutub õpetaja roll järjest mitmekesisemaks. Ta peab leidma igale õpilasele sobiva osalusviisi, arvestades tema võimeid ja säilitades tema väärikuse. Ka kõneliselt passiivne laps võib osaleda näiteks näitlemise, rütmimängu või kaudse rühmategevuse kaudu. Õpetaja toetab nii suhtlemist, eneseväljendust kui ka koostööoskust, pakkudes vajadusel individuaalset abi, näiteks kirjutamise kopeerimisel.

4.klassis (vanus 10-11) kasutatakse põhjamaade mütoloogiat ajavormide tutvustamiseks, sidudes keeleõppe ajaloolise ja kujundliku maailmapildiga.

5. klassis (vanus 11-12) pakuvad Kreeka mütoloogia ja varajane ajalugu võimalusi rollimänguks, dialoogide loomiseks ja karakterite kaudu keele arendamiseks.

6. klassis (vanus 12-13) avardub keelekasutus keskaegsete lugude ning maadeavastajate kirjelduste kaudu, kus õpitakse eristama otsest ja kaudset kõnet ning mõistma erinevaid vaatenurki.

7., 8. ja 9. klassis (vanus 13 kuni 16) süvenetakse erinevatesse kirjandusvormidesse – lüürikasse, eepikasse ja draamasse. Õpilased õpivad väljendama tundeid, mõistma objektiivset jutustust ning kogema enese ja maailma vahelist suhet. Draamaetendused võimaldavad igal õpilasel osaleda vastavalt oma võimetele – kes vaikiva rolli kaudu, kes üksikute sõnadega, kes pikemate tekstidega.

Kogu selle protsessi vältel on oluline individuaalne lähenemine. Õpetaja toetab iga õpilase arengut tema võimete piires, julgustab ka väiksemaid edusamme ning loob keskkonna, kus kõik saavad osaleda ja areneda. Keeleõpe ei ole seega pelgalt lugemise ja kirjutamise omandamine, vaid terviklik tee eneseväljenduse, suhtlemise ja maailmamõistmise kujunemiseni.

5.1 Üldpädevuste kujundamine eeti keele aines

Toimetulekuõppes käsitatakse pädevust kui **õpilase võimetekohast teadmiste, oskuste ja hoiakute kogumit**, mis võimaldab tal erinevates tegevustes ja elusituatsioonides toime tulla. Pädevus kujuneb järjepideva juhendatud praktilise tegevuse kaudu.

Eesti keele ainekavas on õpitulemuste saavutamiseks kirjeldatud tegevusi neljas valdkonnas:

1. Suulise kõne mõistmine.
2. Suuline eneseväljendus ja sõnavara.
3. Tekstilooime ja selle mõistmine.
4. Lugemine ja kirjutamine.

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

Kultuuri- ja väärtuspädevus

Eesti keele õppetöös on hea võimalus erinevate kõnearenduslike tegevuste, õppetekstide, dramatiseeringute jms kaudu tutvuda Eestimaa ja selle ajaloo ning eestlaste kultuuripärandiga. Õpilased õpivad väärtustama Eestit kui oma kodumaad ja Eestis elavaid inimesi, nende rahvusest sõltumata. Õpilastega saab külastada teatrietendusi, teha õppekäike muuseumidesse. Õppetegevuse käigus laiendatakse ja täpsustatakse õpilaste vastavasisulist passiivset ja aktiivset sõnavara.

Kokkuvõttes aitab eesti keele õpe kujundada arusaamist kultuurist, arendada lugupidamist teiste vastu ning toetada õpilase kuuluvustunnet.

Sotsiaalne ja kodanikupädevus

Eesti keele aine raames õpivad õpilased mõistma ning kasutama igapäevaseid viisakusväljendeid, väljendeid, mis võimaldavad küsida/pakkuda abi jms. Harjutatakse erinevaid suhtlussituatsioone, mis aitavad õpilastel paremini mõista teisi inimesi ja käituda sobivalt erinevates olukordades. Nii kujunevad oskused suhelda lugupidavalt, teha koostööd ja olla hooliv kaaslane.

Kokkuvõttes toetab eesti keele õpe õpilaste kujunemist aktiivseteks ja arvestavateks ühiskonnaliikmeteks.

Enesemääratluspädevus

Eesti 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 korrektselt 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 eesti 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

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

5.2 Eesti keele aine rõhuasetused

I arengutasemel	II arengutasemel	III 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 häälsusi grupis koostöötamise eesmärgil reguleerima. Oluline on kontakti astumine, kontaktis osalemine ja kontakti kestuse pikendamine. Kõne arendamine toimub peamiselt praktilise tegevuse ja suunatud esemelise mängu kaudu,	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 rühmitamisel. Õpetatakse oluliste/tüüpiliste tunnuste eristamist ja nimetamist.	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 toiminguga sooritamisel arvestada. Arendatakse oskust kõne abil oma tegevust planeerida ja reguleerida. Õpilane omandab elementaarseid lugemis- ja kirjutamisoskusi.

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, kõnehäälivate 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 eeloskuste kujundamisega. Õpetatakse pildi ja terviksõna lugemise oskust. Tehakse lihtsamaid kirja eelharjutusi.	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.	Grammatikateemasid õpetatakse praktilisel viisil.
---	---	--

5.3 Eesti keele aine õppesisu ja õpitulemused

5.3.1 Teema: Suulise kõne mõistmine, soovituslik õppesisu

I arengutase	II arengutase	III arengutase
Mittekõneliste helide ja mürade eristamine inimkõnest; inimkõne äratundmine ja erinevate helide ja mürade matkimine. Oma nimele reageerimine. Klassikaaslaste nimede teadmine. Õpilase tegevustega seotud kõne mõistmine. 2 - 3 objekti vaheliste ruumisuhete ja neid väljendavate keelendite (all, peal, ees, taga, kõrval) mõistmine. Verbaalsete või alternatiivsete vahenditega esitatud lühikorralduste ja keeldude situatiivne mõistmine.	Kuulmistaju ja verbaalse operatiivmälu arendamine. Kõne rütmide (häälikuridade, kõnetaktide, sõnaridade ja lühikeste lausete järelkordamine), rütmisalmide koos- ja järelkordamine. Tähtpäevadega seotud salmide mõistmine ja õppimine. Seose objekt – pilt – sõna loomine. Objektide vaheliste ruumisuhete ja neid väljendavate keelendite (all, peal, ees, taga, kõrval) mõistmine. Esemel asukoha leidmine kirjelduse järgi. Verbaalsete või alternatiivsete vahenditega esitatud lühikorralduste ja keeldude mõistmine. Lihtsas keeles (ARE keeles) esitatud lühitekstide sisu mõistmine. Tekstide sisu taastamine pildimaterjali, skeemide ja küsimuste abil.	Korralduste, juhendite mõistmine. Verbaalse ja mitteverbaalse info seostamine. Tuttavate objektide ja sündmuste äratundmine kirjelduse järgi. Seoste objekt – pilt – skeem – keeleüksus Objektide asukoha teadvustamine kahe parameetri alusel (all paremal, taga peal jne). Jutustatud/etteloetud arengule vastava eakohase teksti jälgimine ja mõistmine.

5.3.2 Teema: Suulise kõne mõistmine, soovitusliku õppesisu õpitulemused

I arengutase	II arengutase	III arengutase
1) eristab kõnet ja mittekõnelisi helisid; 2) reageerib oma nimele ja tuttavatele lühikorraldustele, teab ja/või kasutab klassikaaslaste nimesid; 3) orienteerub lähiümbruses sõnade/lihtsustatud viibete/alternatiivsete suhtlusvahendite toel; 4) tunneb ära objekte, sündmusi ja tegevusi tähistavaid õpitud sümbolite, lihtsustatud viipeid ja sõnu, oskab neid suunamisel kasutada; 5) osutab nimetamisel oma kehaosadele, tegevustes kasutatavatele esemetele ja tuttavatele inimestele; 6) mõistab objektidevahelisi ruumisuhteid (all, peal, ees, taga, kõrval) ja neid väljendavaid keelendeid; 7) mõistab seost objekt-pilt-sõna; 8) kuulab kohaldatud lühiteksti, jälgib dramatiseeringut; 9) orienteerub lähiümbruses sõnade, lihtsustatud viibete, piktogrammide, PCS piltide vms toel.	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.	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.

5.3.3 Teema: Eneseväljendus ja sõnavara, soovituslik õppesisu

I arengutase	II arengutase	III arengutase
Emotsionaalse kontakti otsimine, loomine ja hoidmine täiskasvanute ja kaaslastega. Reageerimine miimikale, intonatsioonile, kehaasendile, liigutustele. Hingamis- ja artikulatsiooniharjutused. Rütmisalmide saatmine liigutustega, kooskõne vastavalt võimekusele. Oma põhivajaduste ja soovide, nt janu, vajadus tualetti minna, väljendamine lihtsate keeleliste vahenditega (sõnad, baaslausungid) või õpitud alternatiivsete vahenditega. Küsimustele vastamine jaatavalt/ eitavalt žesti, viipe, häälsuse või sõnaga. Viisakusväljendite äratundmine, reageerimine, kasutamine. Oma tegevusele viitamine, ärgitatud privaatkõne alged. Tegevusaktile antud hinnangu õige - vale mõistmine. Situatsioonile vastavate sõnade ja 2-3-sõnaliste baaslausete äratundmine ja kasutamine koos- ja järelkõnes. Esemete ja nende kujutiste rühmitamine 1 – 2 tajutava tunnuse alusel ja rühma kuuluvate	Täiskasvanu ja kaaslasega kontakti astumise harjutamine. Osalemine situatiivses dialoogis, sh rollimängudes. Viisakusväljendite kasutamine. Oma vajaduste ja soovide väljendamine, vajadusel abi küsimine. Enda kohta olulise teabe esitamine. Tajutavate ruumi- ja ajakujutluste verbaliseerimine, ees- ja tagasõnade kasutamine. Sõnavaratöö, sh omadussõnad, mis väljendavad tajutavaid tunnuseid, levinud üldnimetused (lind-loom) ja allrühmade nimetused (koduloom-metsloom), teistes õppeainetes kasutusel olev sõnavara. Objektide ja sündmuste tüüpiliste ja juhuslike tunnuste eristamine ja sõnastamine. 3-4 sõnalise baaslause moodustamine, sh tunnuse/omaduse väljendamine. 2-3-osalise pildiseeria järjestamine suunamisel. Suunavate küsimuste abil piltidel kujutatud esemete, olendite ja tegevuste nimetamine ja kirjeldamine.	Suhtlemine tuttavate ja võõraste inimestega igapäevastes elulistes situatsioonides. Enamlevinud suhtlemissituatsioonide väljendused. Kujutluste verbaliseerimine ja/või alternatiivsete vahenditega väljendamine. Võrdlemine plaani järgi (inimesed, aastaajad, loomad, puuviljad jne). Telefoni kasutamine. Üldistamine 2- 3 üldistustasandil, allrühmade moodustamine ja nimetamine. Elementaarsete põhjus-tagajärg seoste loomine praktilises tegevuses. Käänded (funktsioonide kaupa), pöörded igapäevases kõnes. Omadussõnad emotsioonide ja tunnete kirjeldamiseks. Väheste vabade laienditega (määrused, sihitised täiendid) lihtlause moodustamine (4-5 sõnaline lause) ja kasutamine suhtluses. Passiivse ja aktiivse sõnavara laiendamine ja täpsustamine. Salmide õppimine kuulamise järgi

objektide nimetamine. Tajutavat/pildil kujutatud tegevust kujutava lausungi kuulamine ja mõistmine konkreetset tegevust või pilti tajudes. Lähiümbruses orienteerumine sõna/lihtsustatud viipe/ PCS pildi, piktogrammi toel.	Tegevuspildi, olupildi, 2-3 pildist koosneva pildiseeria järgi lausete moodustamine ja jutustamine pildimaterjali, suunavate küsimuste ja skeemide abil. Oma tegevusest jutustamine olevikus ja lihtminevikus kasutades sõnu, baaslauseid või alternatiivseid vahendeid. Rääkimine suunatult kaaslase ja oma tegevusest selle sooritamisel ja vahetult pärast seda. Küsimuste esitamine kaaslastele (<i>mida teed? kus oled?</i>), küsimustele vastamine. Tuttavate tegevuste hindamine põhimõttel õige-vale, meeldib – ei meeldi. Mõisted <i>täht-sõna</i>, nimetamine/ äratundmine ja leidmine/märkimine.	Kuni 6-osalise pildiseeria järjestamine ja selle järgi jutustamine. Kuuldud jutukese või info ümberjutustamine (edastamine).
---	---	--

5.3.4 Teema: Eneseväljendus ja sõnavara, soovitusliku õppesisu õpitulemused

I arengutase	II arengutase	III arengutase
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;	1) väljendab oma soove ja palub vajaduse korral abi; 2) osaleb situatiivses dialoogis; 3) nimetab reaalseid või pildil kujutatud tuttavaid objekte, nende tajutavaid tunnuseid õpitud viisil; 4) oskab nimetada õpitud üldnimetusi;	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) 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.	5) kommenteerib kaaslase ja oma tegevusi selle sooritamise ajal ja vahetult pärast seda verbaalselt 2-3 sõnaga (lihtsa lausungiga) või alternatiivseid vahendeid kasutades; 6) esitab küsimusi kaaslase tegevuse kohta; 7) mõistab, koostab ja kasutab oma kõnes lihtlauset; 8) annab kuulnud teksti sisu edasi suunavate küsimuste abil verbaalselt või alternatiivsel viisil; 9) kordab lühikesi rütmisalme ja luuletusi; 10) kasutab õpitud viisil enamlevinud viisakusväljendeid kontakti astudes ja tuttavates situatsioonides; 11) ütleb õpitud viisil oma nime, vanuse, aadressi ja teisi olulisi andmeid; 12) sõnastab pildil kujutatud tegevusi 3-4 lihtlausega, toetudes skeemile ja/või küsimustele; 13) räägib oma tegevust praegu, enne.	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 alternatiivsel 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 kuulnud teksti sisu edasi täiskasvanu suunavate küsimuste abil; 14) jutustab nähtust, tehtust ja möödunud sündmustest pildi või kogemuse põhjal.
--	--	--

5.3.5 Teema: Lugemine, soovituslik õppesisu

I arengutase	II arengutase	III arengutase
Situatsioonide lugemise oskuse kujundamine ja täiendamine. Tuttavate situatsioonide äratundmine ja	Situatsioonide lugemise oskuse arendamine; uued olukorrad; reeglite mõistmine ja järgimine uudsetes olukordades.	Iseseisev toimetulemine uudes olukorras; käitumisreeglite märkamine, mõistmine ja järgimine.

käitumine vastavalt õpitud reeglitele. Harjumine uudsete olukordadega. Esemete ja nende funktsiooni äratundmine, rühmitamine vastavalt esemete funktsioonile. Foto, pildi, sümboli ja terviksõna lugemisoscuse kujundamine. Piltpäevakava lugemine. Tähekujude õppimine, eristamine teistest sümbolitest. Nimede (oma nimi, kaaslaste nimed) lugemine terviksõnameetodil. Lapse jaoks igapäevaselt oluliste sõnade lugemine terviksõnameetodil.	Tegevuspildi vaatlemine, pildil kujutatut mõistmine. Piltskeemidena esitatud tööjuhiste lugemine. Häälimisoscuste kujundamine, hääliku leidmine sõnas (algul, keskel, lõpus; soovitatavalt helilised häälikud). 3-4-häälikuliste sõnade kooshäälimine. Hääliku- ja tähevahelise seose loomine. Joonistäheddes kirjutatud sõnade, sõnaühendite, lühilause lugemine.	Lühikese ja ülipika (täis)hääliku diferentseerimine kuulmise teel. Sõnade iseseisev häälimine. Väiketäheddes kirjutatud sõnade, teksti lugemine. Sõnaühendi, lihtlause lugemine. Lihtsas keeles (ARE-keeles) tekstide lugemine. Teabeteksti, e-maili lugemine
---	--	---

5.3.6 Teema: Lugemine, soovitusliku õppesisu õpitulemused

I arengutase	II arengutase	III arengutase
1) loeb infot fotolt ja joonistatud pildilt; 2) loeb PCS pilti, piktogrammi vms; 3) loeb sümbolite abil päevakava, tegevuste järjekorda; 4) eristab õpitud tähti teistest sümbolitest; 5) tunneb sõnakuju järgi oma nime; 6) loeb üksikuid õpitud sõnu terviksõnameetodil.	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	1) eristab erinevaid häälikuid ja nende järjekorda lihtsa silbistruktuuriga sõna- des; 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.
--	--	--

5.3.7 Teema: Kirjutamine, soovituslik õppesisu

I arengutase	II arengutase	III arengutase
Joonistus- ja kirjutamisvahendite kasutama suunamine. Kritseldamine, joonistamine, värvimine. Kirja eelharjutused, silma ja käe koostöö arendamine. Peenmotoorika arendamine. Tähekujude õppimine erinevate meelte kaudu: tähekujude läbi kõndimine, maalimine, voolimine, kirjutamine erinevale pinnale erinevate vahenditega jms Kirjutamine pildikaartide abil. KoostegEVuses päevakava koostamine piltide ja sümbolite abil. Vajadusel kõnet asendava või toetava suhtlustahvli ja/ või digivahendi kasutamine koostegEVuses enda soovide väljendamiseks.	Kirjutamine pildi- ja sõnakaartide abil. Suunamisel päevakava koostamine sümbolite ja sõnakaartide abil. Joonistähete kirjutamise õppimine. Oma nime kirjutamine. Ärakiri (ladumine, kirjutamine). Arvutiklaviatuuri tundmaõppimine, ärakiri arvutis. Vajadusel kõnet asendava või toetava suhtlustahvli ja/ või digivahendi kasutamine suunamisel enda soovide ja mõtete väljendamiseks.	Päevakava/nädalakava iseseisev koostamine. Kirjatähete kirjutamise õppimine. Suur algustäht nimedes, lause alguses. Kirjutamine igapäevaelus (allkiri, blankettide täitmine, arvutikeele väljendid jms). Käsitsi kirjutamine ja kirjutamine nutiseadmes. Suunatud internetiotsing. Vajadusel kõnet asendava või toetava suhtlustahvli ja/ või digivahendi kasutamine enda soovide ja mõtete väljendamiseks.

5.3.8 Teema: Kirjutamine, soovitusliku õppesisu õpitulemused

I arengutase	II arengutase	III arengutase
1) eristab õpitud tähti teistest sümbolitest; 2) teeb näidise järgi lihtsamaid kirja	1) tunneb ja kirjutab joonistähti; 2) kirjutab lühikesi õpitud sõnu, sh oma nime;	1) eristab kuulmise teel ja märgib abiga lühikest ja ülipikka (täis)häälikut

eelharjutusi; 3) kasutab koostegevuses enese väljendamiseks talle igapäevaselt olulisi digivahendeid.	3) teeb tähthaaval ära kirja; 4) oskab õppetegevustes suunamisel kasutada tuttavaid digivahendeid ja tuleb koostegevuses toime ohutu internetikasutusega.	2) tunneb kirjatähti ja kirjutab kirjatähti; 3) kirjutab iseseisvalt sõnu, sõnaühendeid ja lühilauseid; 4) sooritab ära kirja sõna, sõnaühendi või lühikese lause kaupa; 5) kirjutab allkirja; 6) kasutab võimalikult ohutult tuttavaid digivahendeid, internetiotsingut ja sotsiaalmeediat; 7) oskab kirjutada ja saata lihtsamaid e-kirju
--	--	--

6. Matemaatika

Matemaatika õpetamine toimub integreeritult teiste õppeainete ja tegevustega. Matemaatikaalased teadmised ja oskused on eeldusteks igapäevases olmes ja töös hakkama saamiseks, seetõttu on matemaatika õpetamine seostatud igapäevase eluga. Matemaatika õpetamisel lähtutakse iga konkreetse õpilase individuaalsetest võimetest, hetke arengutasemest ja lähima arengu tsoonist. Matemaatika õpetamise kaudu kujundatakse selline mõistete ja tegevuste baas, mis aitab õpilasel orienteeruda teda vahetult ümbritsevas esemete ja nähtuste maailmas ning samuti luuakse eeldused märgata esemete iseloomulikke tunnuseid ning mõista esemete ja nähtuste omavahelisi seoseid. Õpetamine on tihedalt seotud igapäevaeluga ning õppetöös toetatakse praktilistele ja mängulistele tegevustele ning kasutatakse konkreetseid ja õpilaste kogemustega ühtivaid väljendeid. Uusi teadmisi ja oskusi õpetatakse osaoskuste kaupa.

Matemaatikatundides taotletakse matemaatikapädevuse kujunemist:

- **Orienteerumine hulkades, mõõtudes ja arvudes** – õpilane õpib aru saama kogustest, suurustest ja nende omavahelistest seostest (nt rohkem-vähem, pikem-lühem).
- **Praktilised oskused** – kasutatakse päriselulisi tegevusi ja vahendeid (nt joonlaud, kaal), mitte ainult teoreetilist arvutamist.
- **Elementaarsed tehteid** – liitmine, lahutamine jne, vajadusel abivahenditega.
- **Graafiliste sümbolite ja mudelite mõistmine** – näiteks skeemid, tabelid või lihtsad joonised.

- **Rühmitamine ja võrdlemine** – objektide sorteerimine tunnuste alusel (värv, kuju, suurus).
- **Rahalisel toimimisel** – oskus kasutada raha igapäevaelus (nt ostmine, vahetusraha arvutamine) vastavalt õpitud arvudele.

Waldorfpedagoogikas on maailm lapse jaoks tervik ja matemaatikaõpetus arvestab seda, liikudes tervikult osadeni. Laps kogeb maailma esmalt kehaliselt, liikumise ja ruumitaju kaudu.

Õpetaja tutvustab numbreid lugude ja kujutluspiltide kaudu, mis annavad edasi arvude tähendusi ja iseloomu ning mida ilmestavad tahvlijoonistused. Näiteks 1 – tervik nagu päike, 2 – vastandid, nagu öö ja päev, 3 – algus, keskpaik ja lõpp, 4 – terviklik süsteem, nagu aastaajad, 5- looduslik vorm, nagu õige kroonlehed jne. Õppimise aluseks on liikumine ja rütm, seega saavad lapsed loendada numbreid läbi jooksmise, plaksutamise, hüppamise, järjestikku edasi-tagasi rütmilise liikumise. Igapäevaelu tegemistes saab edukalt loendada nt vihikuid ja pliiatseid jagades. Lapsed avastavad lugude, mängude ja riimide kaudu kõikvõimalikke numbrikombinatsioone. Õppimine käib mälu treenimise kaudu – meetoditeks kordamine ja rutiinne harjutamine.

Matemaatikat toetavaks õppeaineks on esimeses neljas klassis vormijoonistus, millest 5. klassis areneb välja vabakäe geomeetria. Geomeetria eesmärk on kujutlusvõime arendamine. See on üleminek vabakäe–vormijoonistuselt matemaatilise täpsusega geomeetria. Joonistamisrõõmust kujunevad hoolikus ja täpsus. Vabakäegeomeetrias harjutatakse proportsioonide ja suhete hindamist, püütakse saavutada suunatud liikumise kindlust. Alates 6. klassist tehakse geomeetrilisi joonistusi mõõteriistade abil – joonlaud, sirkel, mall.

6.1 Üldpädevuste kujundamine matemaatika aines

Toimetulekuõppes käsitatakse pädevust kui **õpilase võimetekohast teadmiste, oskuste ja hoiakute kogumit**, mis võimaldab tal erinevates tegevustes ja elusituatsioonides toime tulla. Pädevus kujuneb järjepideva juhendatud praktilise tegevuse kaudu.

Matemaatika soovituslikus ainekavas on õpitulemuste saavutamiseks soovitatud käsitleda **järgmisi teemavaldkondi**:

- Tegevused esemetega, suurskujutlused.
- Vormikujutlused.
- Ruumikujutlused.
- Ajakujutlused.
- Hulgakujutlused.

- Kujutluse loomine arvust, tehned 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 nende 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 kaaslase 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.

6.2 Matemaatika aine rõhuasetused

I arengutase	II arengutase	III arengutase
Olulisel kohal on praktilised tegevused mitmesugustest esemetest koosnevate hulkadega, vaatlus- ning eristamisoskuse kujundamine. 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. Õpilast suunatakse koostegevuses jälgima ja matkima arvsõnade kasutamist loendamisel ja vaadeldavate esemete arvu nimetamisel. Harjutatakse kahest esemest koosnevate hulkade tajumist. Õpetatakse mõõtma kehatunnetuse ja erinevate igapäevaste esemete abil. Õpetatakse koostegevuses praktilistes situatsioonides ära tundma raha ja selle kasutamise otstarvet. Õpetamisel on olulisel kohal mängulised tegevused. Koostegevuses kasutatakse digivahendeid. Õpetatakse igapäevastes olukordades oma tegevusi öö ja päeva rütmiga seostama ning suunatakse piltpäevaplaani järgima.	Õpetatakse suurustunnuseid, ruumisuhteid, aja- ja kujundimõisteid ning nende seostamist ümbritsevate esemete ja nähtustega. Õpetatakse loendama ning seostama hulka ja arvu, lahendama praktilisi arvutusülesandeid 10 piires. Lahendatakse lihtsaid matemaatilisi jutukehi. Praktilises tegevuses kasutatakse suunatult mõõtevahendeid, tutvustatakse mõõtühikuid. Tutvustatakse õpitud arvuvalla piires raha ja rollimängude või reaalsete olukordade kaudu selle kasutamist igapäevastes situatsioonides. Õppetöös kasutatakse erinevaid laua- ja arvutimänge. Suunatakse kasutama tuttavaid digivahendeid. Õpetatakse orienteeruma ajas, eristama mõisteid <i>eile, täna, homme</i> ning planeerima oma tegevusi lähtudes päevaplaanist, ööpäeva osadest ning nädalapäevadest.	Rõhuasetus on sotsiaalmatemaatikal. Laiendatakse ja täpsustatakse õpitud mõisteid. Analüüsitakse ja lahendatakse matemaatilisi probleemsituatsioone. Jätkub arvude tundmaõppimine ja arvutamisoskuste kujundamine. Õpilast suunatakse mõõtevahendeid praktilises tegevuses iseseisvalt kasutama. Õpitakse iseseisvalt sooritama igapäevaseid oste ning raha kasutust planeerima. Õppetöös kasutatakse digivahendeid eesmärgipäraselt ja internetiohutuse algtõdesid silmas pidades. Õpilasi suunatakse iseseisvalt õpitud lauamänge mängima. Õpetatakse iseseisvalt oma aega planeerima, selleks kalendrit ja päevaplaani kasutama.

6.3 Matemaatika aine soovituslik õppesisu ja õpitulemused

6.3.1 Teema: Tegevused esemetega, suuruskujutlused soovituslik õppesisu

I arengutase	II arengutase	III arengutase
Esemete vaatlemine ja eristamine, nimetamine: esemed klassis, õpilaste riietusesemed, koolitarbed, mänguasjad, puuviljad. Esemete otstarve. Esemete värvuse eristamine ja väljendamine. Esemete võrdlemine värvuse, suuruse järgi (suur-väike, pikk-lühike, ühesuurused) Esemete leidmine tunnuse järgi, rühmitamine etteantud tunnuse alusel, tunnuse sõnastamine.	Esemetest või nende kujutistest jadade koostamine suurstunnuste järgi nii kasvavas kui kahanevas järjekorras. Esemete ja nende kujutiste võrdlemine (<i>pikk-lühike, ühepikkused; kõrge-madal, ühekõrgused, lai-kitsas, ühelaiused; ühesuurused</i>).	Esemete ja nende kujutiste võrdlemine kõrguse, paksuse/jämeduse, sügavuse, mahu tunnuste järgi. Jadade koostamine suurstunnuste järgi. Jadade piiride sõnastamine (see põõsas on kõige madalam, see kuusk on kõige kõrgem). Objektide ja graafiliste kujutiste kogumist sarnaste esemete leidmine 2-4 tunnuse alusel.

6.3.2 Teema: Tegevused esemetega, suuruskujutlused soovitusliku õppesisu õpitulemused

I arengutase	II arengutase	III arengutase
1) eristab esemeid ja nende kujutisi (3–4 elementi) värvuse, suuruse, vormi järgi; 2) rühmitab objekte ja graafilisi kujutisi etteantud tunnuse alusel; 3) kõrvutab esemeid paaride moodustamiseks.	1) võrdleb esemeid ja nende kujutisi õpitud suurstunnuste järgi; 2) koostab esemetest või nende kujutistest (kuni 5 elementi) nii kasvavat kui ka kahanevat jada.	1) võrdleb esemeid ja nende kujutisi ning koostab erinevaid jadasid õpitud suurstunnuste järgi; 2) koostab näidise järgi mitmest geomeetrisest kujundist koosneva jada; 3) rühmitab objekte ja graafilisi kujutisi sõnalise juhendi järgi 2-4 tunnuse alusel.

6.3.3 Teema: Vormikujutlused soovituslik õppesisu

I arengutase	II arengutase	III arengutase
Ümmargused ja kandilised objektid. Pallide,	Objektide võrdlemine kuju järgi.	Mustrite koostamine. Geomeetrisest

kuubikute, klotside võrdlemine kuju, kuju-värvuse ja kuju-suuruse järgi näidisele toetudes. Esemete ja graafiliste kujutiste (ring, kolmnurk, nelinurk) rühmitamine kuju (ümmargune, kandiline) järgi. Graafiliste kujutiste kopeerimine (joonte tõmbamine).	Geomeetrilised kujundid ring, kolmnurk, ruut, ristkülik. Äratundmine, konstrueerimine, võrdlemine, joonistamine, joonestamine (joonlaua abil), nimetamine. Mustrite koostamine. Erisuurustega geomeetrilistest kujunditest jadade koostamine kahanevas ja kasvavas järjekorras. Esemete piltide järgi võrdlemine (nelinurk/kandiline - teler, ring - pall jne).	kujunditest koostatud jadade jätkamine järjestust säilitades. Eluline märkamine, mis kujuga on ümbritsevad objektid (maja nagu ristkülik, kännu pind nagu ring, aken nagu nelinurk jne).
---	--	--

6.3.4 Teema: Vormikujutlused soovitusliku õppesisu õpitulemused

I arengutase	II arengutase	III arengutase
1) rühmitab objekte ja graafilisi kujutisi etteantud tunnuse alusel; 2) eristab ümmargusi ja kandilisi esemeid, nende graafilisi kujutisi.	1) võrdleb esemeid ja nende kujutisi õpitud vormitunnuste järgi; 2) koostab esemetest või nende kujutistest (kuni 5 elementi) nii kasvavat kui ka kahanevat jada; 3) tunneb õpitud geomeetrilisi kujundeid, oskab neid nimetada; leiab ümbritsevast keskkonnast vastavakujulisi esemeid; 4) rühmitab objekte ja graafilisi kujutisi kahe etteantud tunnuse alusel.	1) võrdleb esemeid ja nende kujutisi ning koostab erinevaid jadasid õpitud vormitunnuste järgi; 2) koostab näidise järgi mitmest geomeetrilisest kujundist koosneva jada; 3) rühmitab objekte ja graafilisi kujutisi sõnalise juhendi järgi 2–4 tunnuse alusel.

6.3.5 Teema: Ruumikujutlused soovituslik õppesisu

I arengutase	II arengutase	III arengutase
Oma keha tajumine. Kehaosad.	Eseme asukoha määramine õpilase kehast ja teistest objektidest lähtuvalt.	Eseme asukoha määramine oma keha suhtes, teise esemete suhtes muutuvates tingimustes

Eseme asukoha määramine õpilase kehast lähtuvalt: ruumisuhed <i>minu ees – minu taga, ette – taha</i>. Objektidevahelised ruumisuhed: <i>peale – alla, peal – all, kõrval, juures</i>.	Objektidevaheliste ruumisuhete tajumine: <i>ees, esimene, keskel, kõrval, kõige taga, viimane</i>. Esemete asukoha määratlemine ja paigutamine õpitud ruumisuhete piires. <i>Üleval – all, ülemine-alumine, peal - all; ees-tagajärel; kõrval, juures, vahel, keskel.</i> <i>Sees – väljas (peale-alla, peal, all, kõrval, juures).</i> <i>Kaugel-lähedal.</i> <i>Parema - vasaku poole leidmine, nendest lähtuvalt asukoha määramine. Esemete asetamine paremale - vasakule.</i>	ruumis ja tasapinnal. Ruumisuheteid sisaldavate tegevusjuhiste mõistmine ja täitmine. Orienteerumine ruumis / tasapinnal kahe parameetri raames: <i>all - paremal, üleval vasakul</i> jne.
--	---	---

6.3.6 Teema: Ruumikujutlused soovitusliku õppesisu õpitulemused

I arengutase	II arengutase	III arengutase
1) mõistab ruumisuheteid <i>all, peal, ees, taga, kõrval</i>, asetab esemeid nimetatud kohale; 2) tegutseb lihtkorralduste alusel õpitud ruumisuheteid mõistes ja kasutades.	1) tajub ruumisuheteid (vasakul/paremal) oma keha ja teise objekti suhtes; 2) mõistab suhteid <i>ees, esimene, keskel, kõrval, kõige taga, viimane</i>; 3) oskab määrata esemete asukohta ruumisuhete mõistete <i>üleval – all, ülemine-alumine, peal - all; ees-tagajärel; kõrval, juures, vahel, keskel; sees – väljas (peale-alla, peal, all, kõrval, juures); kaugel-lähedal</i> piires.	1) määrab objekti asukohta ruumis, arvestades kahte parameetrit; 2) täidab ruumisuheteid sisaldavaid tegevusjuhiseid.

6.3.7 Teema: Ajakujutlused soovituslik õppesisu

I arengutase	II arengutase	III arengutase
Aastaaja tajutavad tunnused. Päev - öö. Päeva osad: öö, päev. Inimeste tüüpilised tegevused päeval, öösel. Piltpäevaplaan. Õppetunni/ õppetsükli tegevuste piltlik jada. Isikliku päevaplaani täitmine: <i>praegu, enne, pärast, samal ajal</i>. Nädal. Kooli- ja puhkepäevad. Nädalapäevade PCS piltide, piktogrammide vm pildilise materjalina esitatult ära tundmine, seostamine vastavate värvide ja tähtedega. Enda sünnipäeva aastaag.	Aastaaegade järgnevus, nimetused. Enda tegevuste seostamine aastaaegade. Ööpäeva osad ja nende järgnevus: öö, päev, hommik, lõuna, õhtu, öö; iseloomulikud/ tuttavad tegevused ja seisundid. Täna, eile, homme, seostamine tunniplaaniga, nädalapäevade nimetustega. Eilsete tegevuste meenutamine. Suunatult lähituleviku plaanide tegemine. Enne, pärast, ruttu/ kiiresti, kaua. Täis- ja pooltund. Täistundide seostamine laste tegevustega. Täis- ja pooltunni määramine mehaaniliste ja elektrooniliste kellade abil. Vanus. Sünnipäev	Aasta ja 12 kuud. Aastaajad, seostamine kuudega. Sündmuste ja tähtpäevade seostamine aastaaegade. Nädala- ja kuupäeva seostamine toetudes kalendri. Kalendri kasutamine. Kalendrist küsitud teabe leidmine. Kella tundmine. Täistund, pooltund, veerandtund, kolmveerandtund. Ajakavad: tv-kava, sõiduplaan, elektrooniline tablo, kohtumised, visiidi aeg jms. Ennelõunane ja pärastlõunane kellaeg, nt 8:00 - 20:00, 9:00 - 21:00 jne. Kuupäev ja kellaag telekavas. Aja planeerimine seoses enda tegevusega. Plaanide tegemine.

6.3.8 Teema: Ajakujutlused soovitusliku õppesisu õpisisu

I arengutase	II arengutase	III arengutase
1) eristab suunatult toetudes näitlikule materjalile või piltidele tegevuste järjestust: <i>praegu, enne, pärast</i>; 2) seostab igapäevategevusi ööpäevarütmiga, järgib suunatult piltpäevaplaani;	1) eristab tegevuste ja sündmuste toimumist <i>eile, täna, homme</i>; 2) teab ööpäevaosasid, nädalapäevade ja aastaaegade järgnevust ja nimetusi;	1) seostab sündmused ajaga; 2) kasutab kalendrit; teab kuupäeva, järjestab kalendrikuud, suudab seostada kalendrikuud aastaaegade;

3) nimetab suunamisel käesolevat aastaaga; 4) oskab seostada oma sünnipäeva aastaajaga.	3) seostab nädalapäevi oma igapäevaste toimingutega, jälgib ja järgib päevaplaani; 4) teab oma vanust ja sünnipäeva; 5) tunneb kella täis- ja pooltunni täpsusega.	3) koostab, jälgib ja järgib päeva- ja nädalaplaani; 4) teab kellaaja märkimise viise ja tunneb kella veerand- ja kolmveerandtunni täpsusega, seostab kellaaja igapäevategevustega.
--	--	--

6.3.9 Teema: Hulgakujutlused soovituslik õppesisu

I arengutase	II arengutase	III arengutase
Objektide rühma vaatlemine. Hulga suuruse tajumine: üks-palju. Hulkade moodustamine ühise tunnuse alusel. Standardsete hulkade tajumine. Hulk-arv seos ilma loendamiseta: kuni 2 elementi hulgas, hulkade ja hulgakaartide tajumine. Matemaatilised jutukesed hulkade praktiliseks muutmiseks - ühendamiseks, osahulga eraldamiseks.	Hulga samaväärsuse säilimine elementide asukoha ja paigutuse muutumisel. Objektide rühmade/ hulgakaardi vaatlemine, üks-üheses vastavuses võrdlemine peale, kõrvale asetamisega. Tulemuse sõnastamine: on samapalju, on rohkem, on vähem. Hulkade praktiline suurendamine, vähendamine, võrdsustamine üksühesele vastavusele toetudes. Hulkade moodustamine elementide (võta pallid), arvu (võta kaks), elementide ühe kuni kahe tunnuse (võta suured punased), arvu ja tunnuse järgi (võta kaks suurt palli). Hulga elementide loendamine 10 piires.	Hulkade praktiline suurendamine, vähendamine, võrdsustamine. Hulkade praktiline ühendamine, eraldamine, jaotamine osahulkadeks. Hulga koostisse kuuluvate osahulkade variatiivsus. Matemaatiliste jutukeste koostamine põhinedes etteantud hulkadele.

6.3.10 Teema: Hulgakujutlused soovitusliku õppesisu õpitulemused

I arengutase	II arengutase	III arengutase
1) eristab hulki üks/palju; seostab hulga arvuga 1–2;	1) loendab esemeid, seostab hulga, arvu ja numbri 1–10 piires;	1) loendab esemeid ning seostab hulga, arvu ja numbri õpitud arvuvalla piires;

2) ühendab hulki ja eraldab osahulki; 3) osaleb mängulises tegevuses matemaatilise jutukese lahendamisel.	2) suudab abiga lahendada matemaatilisi jutukesi ja jõukohaseid elulisi ülesandeid hulkade ühendamise, hulgast osa eraldamise ning võrdlemise kohta; 3) vastab küsimusele <i>mitu?</i> õpitu ulatuses.	2) koostab matemaatilisi jutukesi etteantud hulkade järgi; 3) suudab võrrelda hulki (praktiliste vahendite abil), kasutades mõisted <i>rohkem, vähem, ühepalju</i> ; 4) jaotab praktiliste tegevustega hulki erinevateks osahulkadeks, ühendab osahulki üheks hulgaks.
--	---	--

6.3.11 Teema: Kujutluse loomine arvust, tehted arvudega soovituslik õppesisu

I arengutase	II arengutase	III arengutase
Arv kui hulga tunnus: hulk-arv seos. Erinevatest asjadest hulkade loomine. Erinevate hulkade võrdlemine: üks ja palju. Suuliste instruksioonide alusel leidmine kus on üks ja palju. Hulga arvuga seostamine kahe piires. Numbrite kuju tundmine. Numbrite eristamine tähtedest, geomeetrilistest kujunditest, muudest objektidest. Numbrite piirjoonestamine, kirjutamine, voolimine, konstrueerimine. Erinevalt kirjutatud ja kujundatud samade numbrite rühmitamine. Loendamine vastavalt õpilase võimetele.	10 piires erinevate ülesannete sooritamine hulkade toel: hulkade moodustamine, koguse loendamine, võrdlemine. Uue arvu moodustamine eelmisele ühe juurdelisamise teel. Arvule vastavate hulkade tajumine ja moodustamine. Arvurida, arvu naabrid. Arvude õiges järjekorras nimetamine, panemine, kirjutamine. Arv-number. Seos hulk-arv-number. Järgarvud (esimene, teine, kolmas, neljas, viies). Arvu ja järgarvu vastandamine. Hulga jaotamine osahulkadeks. Arvu koostis	Arvu liitehituse kasutamine liitmisel ja lahutamisel, arvu kümnendkoostise tutvustamine. Naturaalarvude järjestus 1-100 piires kasutades abivahendeid (arvutabel) Täiskümnete numeratsioon 100-ni. Arvuridade loomine kasvavas ja kahanevas järjekorras. Järgarvude praktiline kasutamine igapäevaelus. Liitmine ja lahutamine erinevate abivahendite abil õpitud arvuvalla piires. Mitmekohaliste numbrite moodustamine. Kirjutamine, lugemine, nimetamine. Kalkulaatori iseseisev kasutamine elulistes

Arvu suurendamine ja vähendamine toetudes abivahenditele (eeltöö liitmisele ja lahutamisele).	(liitehitis). Aritmeetiliste märkide tundmine ja kasutamine. Liitmise ja lahutamise loogika mõistmine. 5 piires liitmine ja lahutamine abivahendite abil. Kahekohaliste numbrite moodustamine. Kirjutamine, lugemine, nimetamine. Kalkulaatoril olevate nuppude äratundmine ja leidmine. Kalkulaatori sihipärane kasutamine abiga.	olukoradades.
---	--	---------------

6.3.12 Teema: Kujutluse loomine arvust, tehted arvudega soovitusliku õppesisu õpitulemused

I arengutase	II arengutase	III arengutase
1) eristab hulki üks/palju; seostab hulga arvuga 1–2; 2) eristab numbreid teistest sümbolitest.	1) loendab esemeid, seostab hulga, arvu ja numbri 1–10 piires; 2) teab naturaalarvude järjestust 1–10; 3) loeb ja kirjutab õpitud numbreid; 4) liidab ja lahutab loendamise teel viie piires; 5) tunneb ja oskab abiga kasutada aritmeetilisi tehtemärke: +, −, =; 6) kasutab suunatult kalkulaatorit; 7) vastab küsimusele <i>mitu?</i> õpitu ulatuses.	1) loendab esemeid ning seostab hulga, arvu ja numbri õpitud arvuvalla piires; 2) teab naturaalarvude järjestust õpitud arvuvalla piires, loeb ja kirjutab mitmekohalisi numbreid; 3) liidab ja lahutab peast või abivahendeid kasutades õpitud arvuvalla piires.

6.3.13 Teema: Rahaühikud soovituslik õppesisu

I arengutase	II arengutase	III arengutase
Sarnaste rahaühikute leidmine ja rühmitamine. Erinevus paberraha ja müntide vahel. Raha otstarve mõistmine. Elementaarsed poemängud. Müntide suuruse alusel võrdlemine / rühmitamine.	Euro 5-, 10-, 20-, 50- eurosed paberrahad, nende äratundmine. Euromündid (1ne ja 2ne euromünt). Sendid, eristamine euromüntidest. Paberraha vahetamine. Poemäng. Raha kasutamine suunamisel ostude, maksete tegemisel. Pangakaardi, kinkekaardi, kliendikaardi otstarve ja kasutus.	Raha saamine ja kasutamine. Palk, pension, toetus, sisseostud, üür, erinevad teenused, jne. Praktilised ülesanded rahaga: ostmine, müümine, maksmine, laenamine. Eelarve koostamine, oma tulude ja kuulude kokku lugemine. Raha kokkuhoid. Raha kasvavas ja kahanevas järjekorras järjestamine. Elementaarsete summade moodustamine täpsest rahast (nt 7 eurot, 5.50 eurot, 4 eurot). Erinevate summade moodustamine. Raha vahetamine. Väikeste ostude sooritamine kaupluses. Raha või pangakaardi ja kliendikaardi kasutamine maksmisel. Ostu sooritamine tavakassas ja iseteeninduskassas. Hinnasiltide leidmine ja lugemine. Hinna ja olemasoleva raha seos. Mõisted: jätkub/ei jätku raha. Internetipanga kasutamine. Teiste riigi rahaühikud ja nende erinevus Eesti (Euroopa) omadelt.

6.3.14 Teema: Rahaühikud soovitusliku õppesisu õpitulemused

I arengutase	II arengutase	III arengutase
1) omab ettekujutust raha olemasolust ja funktsioonist; 2) kasutab koostegevuses mängulistes või praktilistes situatsioonides raha.	1) tunneb käibel olevaid rahaühikuid õpitud arvuvalla piires, teab pangakaardi kasutamise võimalusi; 2) eristab 1- ja 2-euroseid münte eurosentidest; 3) kasutab suunamisel raha ostude eest maksmisel.	1) kasutab raha õpitu piires kauba eest maksmisel; 2) kasutab pangakaarti maksmisel.

6.3.15 Teema: Mõõtühikud ja mõõtmine soovituslik õppesisu

I arengutase	II arengutase	III arengutase
Kaalumine käega, objekti raskuse tajumine. Objektide võrdlemine: kerge ja raske. Asjade võrdlemine pikkuse ja laiuse alusel. Joonlaua abil joonte tõmbamine. Õpilase kaalumine ja pikkuse mõõtmine medõe juures. Kraadiklaasi kasutamine	Mõõtmine mõõdupulgaga, sammudega, sõrmedega. Mõõtmise tulemuse sõnastamine arvuga. Eri raskusega objektide võrdlemine lihastundlikkuse alusel: kerge-raske, kergem-raskem, samasugused. Erinevad mõõduriistad: kaalud, joonlauad, mõõdulindid, mõõtekannud, termomeetrid. Kaalumine mehaanilise ja elektroonilise kaaluga. Kilogramm. Õpilaste kaalumine õppesituatsioonis. Oma kasvu teistega võrdlemine rivi moodustamisel. Õpilaste mõõtmine õppesituatsioonis. Sirgjoone joonestamine etteantud mõõdu järgi. Sirgjoone mõõtmine.	Pikkusühikud: mm, cm, m, km. Raskusühikud: g, kg. Õpilaste pikkus ja kaal, enda pikkuse ja kaalu teadmine. Järjestamine: pikk, keskmine või lühike kasv. Mahuühikud: ml, dl, l. Mahu mõõtmine koduste vahenditega: klaas, lusikas, mõõtekann. Kaalu- ja mahuühikute kasutamine toiduvalmistamisel. Pakenditelt mõõtühikute leidmine ja lugemine. Juhendamisel mõõtühikute teisendamine. Termomeetrid. Kehatemperatuuri mõõtmine, näidu lugemine, seostamine terve - haige.

	Eri mahuga anumad.	Toa-ja välistemperatuuri mõõtmine, näidu lugemine, seostamine sobiva riietusega. Keha mõõdud ja vastava suuruse riietus ja jalanõud.
--	--------------------	---

6.3.16 Teema: Mõõtühikud ja mõõtmine soovitusliku õppesisu õpitulemused

I arengutase	II arengutase	III arengutase
1) eristab suunatult objekti mõõdetavaid tunnuseid praktilises tegevuses.	1) kasutab suunatult mõõtevahendeid praktilises tegevuses; 2) oskab mõõta mõõdupulgaga, sammudega, kaaluga; 3) tajub lihastundlikkuse alusel raskemat ja kergemat; 4) teab pikkusühikut meeter, raskusühikut kilogramm, mahuühikut liiter; 5) sooritab abiga praktilisi mõõtmis- ja kaalumisülesandeid.	1) oskab mõõta õpitud mõõtevahenditega; 2) teab erinevate mõõtühikute (pikkus-, raskus-, mahuühikud) nimetusi ja praktilist tähendust; 3) teab enamlevinud mõõtühikute lühendeid (kg, g, cm, m, km, l, dl, ml); 4) kasutab õpitud mõõtühikuid praktilises tegevuses.

6.3.17 Teema: Sotsiaalmatemaatika. Eluliste probleemide praktiline lahendamine soovituslik õppesisu

I arengutase	II arengutase	III arengutase
Matemaatilised jutukesed hulkade praktiliseks muutmiseks: ühendamiseks, osahulga eraldamiseks. Mängudes osalemine. Suunamisel oma järjekorra jälgimine. Erinevad (õppe)mängud tahvelarvutis, arvutis, SMART tahvlil 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. Lauamängude valik vastavalt soovidele,	Elulise sisuga 1-tehteliste tekstülesannete suunatud koostamine ja lahendamine, kusjuures ülesande sisu modelleeritakse näitvahenditega (pildid, skeemid) või praktilise tegevusega. Kalkulaatori kasutamine ja selle otstarve mõistmine. Kalkulaatori tarkvara leidmine ja

	situatsioonidele ja kaasmängijate arvule (paarismäng, rühmamäng). Lauamängude lihtsamate reeglite mõistmine, teistele selgitamine. Kalkulaatori kasutamine suunamisel. Digivahendite kasutamine. Haridusrobotite abil lihtsamate algoritmide (juhendatud järjestatud tegevuste) sooritamine.	kasutamine telefonis, tahvelarvutis, arvutis jne. Digivahendite kasutamine õppimiseks ja meelelahutuseks. Nende kahte otstarve eesmärkide vahe mõistmine. Digivahendite turvaline kasutus. Google maps'i abil marsruudi koostamine ja järgimine.
--	---	--

6.3.18 Teema: Sotsiaalmatemaatika. Eluliste probleemide praktiline lahendamine soovitusliku õppesisu õpitulemused

I arengutase	II arengutase	III arengutase
1) osaleb mängulises tegevuses matemaatilise jutukese lahendamisel; 2) kasutab mängulises tegevuses suunatult tuttavaid digivahendeid, osaleb mõnes õpitud lauamängus.	1) suudab abiga lahendada matemaatilisi jutukesi ja jõukohaseid elulisi ülesandeid hulkade ühendamise, hulgast osa eraldamise ning võrdlemise kohta; 2) valib meelepärase laua- või arvutimängu, kasutab suunamisel õppetegevuses tuttavaid digivahendeid.	1) kasutab kalkulaatorit igapäevaelus; 2) asutab digivahendeid eesmärgipäraselt ja internetiohutuse algtõdesid silmas pidades; 3) oskab mängida lauamänge; 4) koostab ja lahendab elulise sisuga tekstülesandeid toetudes näitvahenditele ja praktilistele tegevustele.

7. Kunst ja käeline tegevus

Kunstiõpetus aitab arendada lapse meeli ja toetab tema sisemist arengut. Kunstiga tegelemine annab lapsele võimaluse kogeda ja väljendada oma tundeid. Värvidega töötamine arendab lapse kujutlusvõimet, tundeelu ja tegutsemisoskust. See muudab lapse mõtlemise ja tundemaailma paindlikumaks. Kunstitundides õpitakse märkama ümbritsevat maailma ja arendatakse loovust. Samuti aitab kunst tasakaalustada emotsioone, kujundada arusaama ilust ja maitsest ning tekitada huvi kunsti vastu.

Kunstitundides õpib laps teadlikult märkama ümbritsevat maailma – värve, kujundeid ja nende omavahelist kooskõla. Ta õpib nägema ilu ja harmooniat ning ka ise seda looma. Kunst annab lapsele võimaluse ennast väljendada viisil, mis on talle jõukohane. Samal ajal arendab praktiline tegevus nii käelisi oskusi kui ka vaimseid võimeid, nagu taju, mälu ja mõtlemine. Oluline on tekitada lapses soov ise midagi luua, huvi tegutsemise vastu ning arendada tema väljendusoskust ja loovust. Koos teistega töötades saab laps kogeda eduelamust ja tunnet, et ta oskab ja saab hakkama. Waldorfpedagoogikas nähakse kunstiga tegelemisel ka toetavat ja tasakaalustavat mõju lapse arengule. Kunstiõpetuse teraapiline kasutusala on paindlik ning lähtub konkreetsetest oludest, õpilastest ja õpetajatest.

Kunstiained tasakaalustavad akadeemilist tegevust, arendavad käelist treeningut ja on oluline osa lapse küpsemisprotsessis. Lisaks on kunstil ja käelisel tegevusel kõnearenduslik suunitlus. Kunstiained ei ole pelgalt eneseväljenduseks, vaid nõuavad distsipliini ja tehnikate eelnevat omandamist. Kunst ja käeline tegevus on lõimitud teiste õppeainete teemadega, omades seletavat-illustreerivat rolli. Õpetusega taotletakse eelkõige kultuuri- ja tehnoloogiapädevuste kujunemist.

Kunstiõpetuse tunnid toimuvad regulaarselt iganädalaste ainetundidena, mille teemad lähtuvad põhitundide teemadest.

Kunsti ja käelise aine suuremad alateemad on maalimine, joonistamine ja voolimine. Eristatakse jutustavat maalimist, mis toimub alguses vahaplokk-kriitide, seejärel akvarellide ning värviliste pliiatsitega. Jutustava või joonistava maalimisega tegeldakse õpetaja juhendamisel kogu kooliaja. Algimpulsiks on siin õpetaja joonistatud tahvlipildid. Lähtekohaks on värvipind, mitte joon. Piirjooned tekivad erivärviliste pindade kokkupuutel. Joonistamisõpetus erineb oluliselt maalimisõpetusest. Joonistamisõpetuses on oluline protsess, vilumus ja tegevuse läbi tekkiv tunne. Tunne on seotud vormiga. Laps peab joonistades tunnetama, milline liikumine tema käes tekib (nt kas joon on sujuv, järsk või laineline) ja kuidas see joonena välja näeb. Sellist joonistamist, millest 5. klassis kasvab välja vabakäegeomeetria, nimetatakse waldorfkoolis “vormijoonistamiseks”. Vormimeele äratamine ja vormijoonistamine ettevalmistus lugema ja kirjutama õppimiseks.

7.1 Üldpädevuste kujundamine kunsti ja käelise tegevuse aines

Toimetulekuõppes käsitatakse pädevust kui **õpilase võimetekohast teadmiste, oskuste ja hoiakute kogumit**, mis võimaldab tal erinevates tegevustes ja elusituatsioonides toime tulla. Pädevus kujuneb järjepideva juhendatud praktilise tegevuse kaudu.

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

- Kujutamissopeetus.

- Värvusõpetus.
- Materjaliõpetus.
- Tarbekunst ja dekoratiivne kompositsioon.
- Tehnikate õpetus.
- Voolimine.
- Paberi- ja papitööd.
- Tekstiilitööd.
- Muud materjalid.
- Tehniline modelleerimine.
- Temaatilised tööd.
- 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 loominguks väljendama enda mõtteid ja tundeid. Teiste õpilaste töödega tutvumine kujundab arusaamist inimeste eripäradest, õpilased õpivad kaaslaste tegevusse, sh loominguks, 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 tarbesemeid. Õpilased õpivad hindama ja väärtustama nii rahvuslikku kui kaasaegset loomingut.

Sotsiaalne ja kodanikupädevus

Ühises loominguks osalemise läbi õpivad õpilased arvestama nii enda kui kaaslaste mõtete ja soovidega. Õpilastes kujundatakse jõukohaseid töösusi 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 kaaslasti 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 väljendamise arendamine 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, loominguga õpivad nad tundma ja hoidma loodust. Õpilased õpivad tundma ja kasutama nii looduslikke kui tehismaterjale. Õpilasi suunatakse materjale säästlikult kasutama. Tutvustatakse taaskasutuse põhimõtteid nii kunstiteoste kui tarbekunsti esemete loomisel. Õpilasi suunatakse kasutama omandatud matemaatikaalaseid oskusi ja teadmisi, nt oskus mõõta erinevate mõõtvahendite abil (mõõtepulk, nöör, 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.

7.2 Kunsti ja käelise tegevuse aine rõhuasetused

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

	Arendatakse tegevusega kaasnevat suhtlemist. Õpilast suunatakse oma tegevust verbaalselt või alternatiivsete vahenditega kommenteerima	saamine. Taotletakse, et õpilane lõpetab alustatud töö. Õpilast suunatakse andma hinnangut enda ja teiste tegevusele ja valmis tööle. Õpilane kommenteerib suunamisel oma tegevust verbaalsete/alternatiivsete vahenditega.
--	--	---

7.3 Kunsti ja käelise tegevuse aine soovituslik õppesisu ja õpitulemused

7.3.1 Teema: Kujutamissopeetus soovituslik õppesisu

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

7.3.2 Teema: Kujutamissopeetus soovitusliku õppesisu õpitulemused

I arengutase	II arengutase	III arengutase
1) tunneb rõõmu kunstitegevuses osalemisest; 2) värvib kujundit kontuuri järgimata;	1) väljendab oma meeleolu kunsti kaudu; 2) värvib kontuuri piires;	1) valib enda väljendamiseks meelepärast kunstivormi; 2) värvib erinevaid detaile, katab kogu pinna

3) joonistab/ maalib lihtsa pildi 4) tunneb ja eristab põhivärve; 5) kasutab tuttavaid joonistamis- ja maalimisvahendeid kunstilises tegevuses; 6) teeb koostöös juhendajaga ühise kunstitöö; 7) lõpetab koostegevuses alustatud töö; 8) koristab koostegevuses abiga oma tööpaiga.	3) joonistab/ maalib äratuntavaid objekte; lihtsa pildi; 4) tunneb ja eristab sekundaarvärve; 5) kasutab erinevaid joonistamis- ja maalimisvahendeid; 6) teeb suunamisel koostöös kaaslastega ühise kunstitöö; 7) lõpetab suunamisel alustatud töö; 8) koristab suunamisel oma tööpaiga.	ühtlaselt; 3) joonistab/ maalib suunamisel teemakohase pildi, kasutades erinevaid tehnikaid; 4) eristab sooje ja külmi toone; 5) valib töö jaoks sobivad joonistamis- ja maalimisvahendid; 6) teeb koostöös kaaslastega ühise kunstitöö; 7) lõpetab alustatud töö; 8) koristab tööpaiga.
--	---	--

7.3.3 Teema: Värvusõpetus soovituslik õppesisu

I arengutase	II arengutase	III arengutase
Põhivärvuste eristamine ja tundmine. Põhivärvuste seostamine ümbritseva elu objektidega, loodusega, toiduga vms. Soe toon PUNANE ja külm toon SININE praktilises kasutuses (veekraan jms). ROHELINE - lubav värvus.	Värvide omavahel segamine Uute värvitoonide leidmine. Värvide helestamine ja tumestamine koostegevuses. Lihtsa toonirea koostamine. Soojad ja külmad värvused loodusobjektide näitel. Looming looduslike värvidega (lilleõied, lehed, muld jms). Meeleolude väljendamine värvuste kaudu.	Värvuse hele ja tume toon. Toonirea koostamine värvikaardi abiga Soojad ja külmad värvused kunstis ja olmes. Looduslike vahendite abil tekstiilidele, toidule jm värvi andmine. Kuulitava muusika kujutamine värvuste kaudu. Värvide sobitamine omavahel (riietumine, sisustustekstiilid jms). Temaatilised värvikombinatsioonid (jõulud, lihavõtted jms).

7.3.4 Teema: Värvusõpetus soovitusliku õppesisu õpitulemused

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

7.3.5 Teema: Materjaliõpetus soovituslik õppesisu

I arengutase	II arengutase	III arengutase
Koostegevuses loodusliku materjali korjamine ja rühmitamine tajutavate tunnuste alusel. Meisterdamine looduslikust materjalist. Mudimis/muljumis/kujumuutvad materjalid: voolimissavi, savi, plastiliin, voolimismass, kineetiline liiv, veniv liiv jms. Pehme - kõva. Värvuste segamine Muud materjalid: erinevad paberid, tekstiilid, karusnahk, puit, klaas, kivi jms.	Loodusliku materjali kogumine suunamisel, abiga vajalike töövahendite kasutamine (käärid, oksakäärid vms). Koostegevuses kompositsioonid looduslikest materjalidest. Looduslikud ja tehismaterjalid - võrdlemine. Materjalide rühmitamine. Taaskasutuse põhimõtted. Meisterdamine olmejääkidest. Voolimine, voolimistehnikate õpetamine: pall, uss/vorstike, veeretamine, rulliga	Loodusliku materjali kogumine, abiga vajalike töövahendite kasutamine (oksakäärid, oksasaag vms). Kompositsioonid looduslikest materjalidest, oaaaside kasutamine. Materjalide sobivus erinevateks töödeks. Materjalide töötlemine, liimimine (parandamine), erinevad liimid PVA, pulgaliim jms. Erinevate materjalide ja olmejääkide

Materjalide tunnetamine, kompimine, tajumine.	rullimine, Lihtsa mitmeosalise objekti voolimine.	taaskasutamine praktiliste esemete valmistamisel. Detailide ühendamine voolimisel. Klaasile maalimine
---	---	---

7.3.6 Teema: Materjaliõpetus soovitusliku õppesisu õpitulemused

I arengutase	II arengutase	III arengutase
1) tunneb rõõmu kunstitegevuses osalemisest; 2) rühmitab erinevaid looduslikke materjale, meisterdab juhendamisel looduslikest materjalidest; 3) paigutab vaasi lilli, oksti; 4) kasutab esmaseid voolimisvõtteid lihtsamate vormide voolimiseks 5) on tutvunud erinevate materjalide ja nende omadustega; 6) osaleb ruumide kaunistamisel jõukohase ülesandega.	1) väljendab oma meeleolu kunsti kaudu; 2) teeb juhendamisel kompositsioone looduslikust materjalist; 3) voolib lihtsa mitmeosalise objekti; 4) on tutvunud looduslike ja tehismaterjalidega; rühmitab materjale; 5) on tutvunud taaskasutuse põhimõtetega; meisterdab suunamisel olmejääkidest; 6) valmistab näidise järgi ruumide kaunistamiseks dekoratsioone; 7) käsitseb abiga ohutult tuttavaid töövahendeid; 8) järgib meeldetuletamisel ohutusnõudeid.	1) valib enda väljendamiseks meelepärase kunsti- või käsitöövormi; 2) teeb võimalikult iseseisvalt töid/kompositsioone erinevatest materjalidest; 3) kasutab erinevaid voolimistehnikaid; 4) kasutab erinevaid materjale loomingus; 5) teeb koostöös ühise kujutava või tarbekunsti töö; 6) kaunistab ruumi tähtpäevadeks; 7) kasutab materjale säästlikult, taaskasutab ja töötleb materjale; 8) valib ja kasutab lähtuvalt materjalist ja tegevuse eesmärgist sobivaid töövahendeid; 9) teab ja järgib põhilisi ohutusnõudeid töövahendite kasutamisel.

7.3.7 Teema: Tarbekunst ja dekoratiivne kompositsioon soovituslik õppesisu

I arengutase	II arengutase	III arengutase
--------------	---------------	----------------

Lihtsate kaheosaliste mustriribade koostamine (ladumine, liimimine, trükkimine). Ruumide kaunistamine koostegevuses	Ribamustrite koostamine. Tarbeesemete ja nende kujutiste dekoreerimine (käpik, sall, linik, vaas, taldrik vms). Ruumide kaunistamine verbaalsel suunamisel.	Ringmustrite koostamine. Mustri kujundamine erinevatest detailidest. Tarbeesemete valmistamine erinevatest materjalidest ja kaunistamine. Kujundustööd klassis ja kodus.
---	--	--

7.3.8 Teema: Tarbekunst ja dekoratiivne kompositsioon soovitusliku õppesisu õpitulemused

I arengutase	II arengutase	III arengutase
1) vajutab jäljendeid erinevatele materjalidele; 2) liimib koostegevuses alusele erinevast materjalist kujundeid; 3) trükkib paberile, papile vms vabalt valitud mustreid; 4) osaleb ruumide kaunistamisel jõukohase ülesandega.	1) trükkib näidise järgi lihtsamaid mustreid; 2) dekoreerib tarbeesemeid või nende kujutisi juhendamisel ja/või iseseisvalt; 3) valmistab näidise järgi ruumide kaunistamiseks dekoratsioone.	1) teostab juhendamisel dekoratiivseid töid eri materjalist alustele; 2) teeb koostöös ühise kujutava või tarbekunsti töö 3) kaunistab erinevaid tarbeesemeid iseseisvalt valitud mustritega; 4) kujundab ruume.

7.3.9 Teema: Tehnikate õpetus soovituslik õppesisu

I arengutase	II arengutase	III arengutase
Fooni- ja ilupaberite valmistamine. Lihtsad trükitehnikad: pintsli-, peegel- ja lõngatrükk jms. Looduslike materjalide kasutamine trükkimisel- seened, köögiviljad. Puhumistehnika jms.	Tutvumine trüki- ja paljundustehnikatega. Lihtsate templete valmistamine, nt puuleht, kartul, õun, porgand jms. Geelitrükk, švammitrükk jms.	Erinevate templete valmistamine. Materjalitrükk - erinevad vahendid õuest ja klassiruumis, iseseisev otsimine ja kasutamine. Graafiline punkt ja joon. Lihtne ornamentika.

7.3.10 Teema: Tehnikate õpetus soovitusliku õppesisu õpitulemused

I arengutase	II arengutase	III arengutase
1) valmistab fooni- ja ilupabereid kasutades erinevaid tehnikaid (puhumine, peegel- ja lõngatrükk vms); 2) katab pinna pintslitrukis ühtlaselt; 3) vajutab jäljendeid erinevatele materjalidele.	1) on tutvunud trüki- ja paljundustehnikatega; 2) valmistab suunamisel erinevatest materjalidest templeid; 3) trükib näidise järgi lihtsamaid mustreid.	1) valmistab ja kasutab erinevaid templeid tööde valmistamisel. 2) trükib mustreid eri materjalist alustele; 3) Teeb juhendamisel töid kasutades erinevaid tehnikaid (graafiline joon, ornamentika, materjalitrükk jms).

7.3.11 Teema: Voolimine soovituslik õppesisu

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

7.3.12 Teema: Voolimine soovitusliku õppesisu õpitulemused

I arengutase	II arengutase	III arengutase
1) on tutvunud erinevate voolimismassidega; 2) kasutab esmaseid voolimisvõtteid lihtsamate vormide voolimiseks;	1) on tutvunud erinevate voolimistehnikatega; 2) voolib lihtsa mitmeosalise objekti.	1) kasutab erinevaid voolimistehnikaid; 2) voolib ja kaunistab lihtsa tarbeeseme.

3) vajutab jäljendeid erinevatele materjalidele.		
--	--	--

7.3.13 Teema: Paberi- ja papitööd soovituslik õppesisu

I arengutase	II arengutase	III arengutase
Paberi rebimine, kortsutamine, lõikamine, liimimine. Aplikatsioonitööd ettevalmistatud detailidest.	Pabermaterjalid: kartong, papp, paberite liigid. Tööd pabermaterjalidest. Lihtsa kujuga šablooni kasutamine, vajadusel abiga. Rebimine ja lõikamine mööda sirgjoont. Lihtsate kujundite lõikamine paberist. Ajakirjast piltide lõikamine. Paberi pooleks voltimine. Pabermosaiik. Pabermassi valmistamine koostegevuses. Pabermassisit dekoratiivesemete ja paberi valmistamine.	Šablooni kasutamine. Erinevate kujundite rebimine ja lõikamine paberist. Tarbeesemete (karp vms) meisterdamine ja dekoreerimine. Paberdetailidest mänguasja, liikuva pildi jms meisterdamine. Lihtsad voltimised. Pabermassi valmistamine. Pabermassist dekoratiivesemete ja paberi valmistamine.

7.3.14 Teema: Paberi- ja papitööd soovitusliku õppesisu õpitulemused

I arengutase	II arengutase	III arengutase
1) kortsutab paberit; 2) rebib erinevaid pabereid (ajakirjad, siidpaber, värviline paber jms), teeb neist kleepetöid; 3) kleebib ettevalmistatud aplikatsioonidest	1) rebib mööda joont; 2) voldib paberit pooleks; 3) lõikab paberit lihtsa kontuuri järgi; 4) kasutab suunamisel šabloone;	1) rebib paberist lihtsa kujundi; 2) voldib abiga erinevaid lihtsaid kujundeid; 3) kasutab iseseisvalt šabloone, lõikab kontuuri järgi; 4) meisterdab iseseisvalt näidise alusel

pilte; 4) lõikab abiga kääridega paberit; 5) järgib koostegemisel ohutusnõudeid.	5) teeb erinevatest pabermaterjalidest töid; 6) liimib paberit, valib koostegevuses sobiva liimi; 7) käsitseb ohutult tuttavaid töövahendeid (käärid); 8) järgib meeldetuletamisel ohutusnõudeid.	erinevatest pabermaterjalidest; 5) teab ja järgib põhilisi ohutusnõudeid töövahendite kasutamisel (käärid, paberinuga jms).
--	--	--

7.3.15 Teema: Tekstiilitööd soovituslik õppesisu

I arengutase	II arengutase	III arengutase
Lõnga ja paela lõikamine. Lõngapildi kleepimine. Riideribade kleepimine.	Punkteerimine erinevatel materjalidel. Lõngapildi (mustri) tikkimine papile orientiiride järgi Riideribade lõikamine. Riidematerjalide põimimine, sõlmimine, kerimine. Raamil kudumine. Tekstiilimarkerite kasutamine Märkviltimine. Ohutusreeglid nõela ja naaskli kasutamisel.	Tekstiilkollaaž, tekstiilimaal, trükkimine riidele. Nööbi õmblemine. Nööpide sobitamine vastavalt tekstiili värvusele ja nööpaugu suurusele. Lihtsad õmblustööd. Käsitsi õmblemine (õmbluste parandamine jms). Masinaga sirge õmbluse õmblemine. Raamil ja telgedel kudumine. Märg- ja nõelviltimine. Heegeldamise põhivõtted. Tikkimise põhipisted. Paelte sõlmimine ja punumine, lipsu sidumine. Ohutusreeglid kangastelgedes, viltimisnõela ja õmblusmasina kasutamisel.

7.3.16 Teema: Tekstiilitööd soovitusliku õppesisu õpitulemused

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

7.3.17 Teema: Muud materjalid soovituslik õppesisu

I arengutase	II arengutase	III arengutase
Klepsutööd. Suurte pärlite, papist vm materjalist auguga kujundite nõöri otsa ajamine. Mosaiikpildid Tutvumine erinevate materjalidega: nahk, puit, metall jne. Materjalide lõikamine, kleepimine. Tutvumine erinevate töövahenditega.	Lihtsad pärlitööd: kaelakeed, käevõrud, pärlipildid jms. Meisterdamine HAMA pärlitest. Mosaiikpildid erinevatest materjalidest (riis, makaronid, nahatükid jms). Lihtsad nahkehistööd. Tööd puidu- ja metallijääkidest. Lihtsad traaditööd.	Keerulisemad pärlitööd: kõrvarõngad, pärltikand jms. Meisterdamine HAMA pärlitest. Naharibade ja -kujundite lõikamine, kleepimine, sõlmimine. Lihtsad metallitööd. Puidu lihvimine. Vineeri saagimine. Naela löömine.

	Tööd looduslikest ja tehismaterjalidest. Paberist, lõngast vms punumine. Mesilasvaha lehtedest küünalde rullimine.	Puidu ehistööd: põleti kasutamine, värvimine, lakkimine. Lihtsa tarbeeseme valmistamine puidust. Traadist kujundite painutamine. Vitspunutised. Seebimassist seepide valmistamine. Küünlavahast küünalde valmistamine.
--	--	---

7.3.18 Teema: Muud materjalid soovitusliku õppesisu õpitulemused

I arengutase	II arengutase	III arengutase
1) on tutvunud erinevate kunsti ja käsitöö materjalidega; 2) liimib koostegEVuses alusele erinevast materjalist kujundeid; 3) lõikab abiga erinevaid materjale; 4) teeb koostöös juhendajaga ühise kunsti- või käsitöö; 5) tegutseb koostegemisel tuttava töövahendiga.	1) kasutab erinevaid kunsti ja käsitöömaterjale loomingus; 2) lõikab erinevaid materjale; 3) liimib erinevaid materjale; 4) painutab traati; 5) teeb suunamisel koostöös kaaslastega ühise kunsti- või käsitöö; 6) käsitseb ohutult tuttavaid töövahendeid; 7) järgib meeldetuletamisel ohutusnõudeid.	1) valib enda väljendamiseks ja tarbeesemete loomiseks meelepärase kunsti- või käsitöövormi ja vahendid selle teostamiseks; 2) lõikab kääridega erinevaid materjale mööda etteantud joont; 3) lihvib puidust pinda, lööb naela, keerab kruvi; 4) teeb traadist lihtsaid kujundeid; 5) teeb koostöös ühise kujutava või tarbekunsti töö; 6) valib ja kasutab lähtuvalt materjalist ja tegevuse eesmärgist sobivaid töövahendeid; 7) teab ja järgib põhilisi ohutusnõudeid töövahendite kasutamisel.

7.3.19 Teema: Tehniline modelleerimine soovituslik õppesisu

I arengutase	II arengutase	III arengutase
Erinevatest mänguklotsidest ehitamine (ladumine üksteise kõrvale, peale). Kujundite ladumine. Lihtsa mosaiigi ladumine.	Mudelite valmistamine karpidest, topsidest. Robootika vahenditest, LEGO klotsidest lihtsate mudelite konstrueerimine.	Maketi meisterdamine. Robootika vahenditest, LEGO klotsidest mudelite konstrueerimine.

7.3.20 Teema: Tehniline modelleerimine soovitusliku õppesisu õpitulemused

I arengutase	II arengutase	III arengutase
1) tunneb rõõmu kunstitegevuses osalemisest; 2) kasutab klotse loovkonstrueerimisel, ehitab näidise järgi koostegemisel; 3) laob lihtsaid kujundeid ja mosaiike.	1) väljendab oma meeleolu kunsti kaudu; 2) meisterdab iseseisvalt karpidest ja klotsidest.	1) valib enda väljendamiseks meelepärase kunsti- või käsitöövormi; 2) meisterdab abiga/näidise järgi makette.

7.3.21 Teema: Temaatilised tööd soovituslik õppesisu

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

7.3.22 Teema: Temaatilised tööd soovitusliku õppesisu õpitulemused

I arengutase	II arengutase	III arengutase
1) kasutab tuttavaid joonistamis- ja	1) kasutab eri joonistamis- ja	1) valib enda tunnete ja emotsioonide

maalimisvahendeid kunstilises tegevuses; 2) osaleb ühistöodes teemapildi valmimisel.	maalimisvahendeid; joonistab ja maalib äratuntavaid objekte; 2) joonistab lihtsa süžeebildi etteantud teemal näidise ja juhendamise järgi.	väljendamiseks meelepärase kunsti- või käsitöövormi; 2) joonistab lihtsat situatiivset tegevust kujutava pildi.
---	---	--

7.3.23 Teema: Ohutusnõuded ja tööpaik soovituslik õppesisu

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

7.3.24 Teema: Ohutusnõuded ja tööpaik soovitusliku õppesisu õpitulemused

I arengutase	II arengutase	III arengutase
1) tegutseb koostegemisel tuttava töövahendiga; 2) järgib juhendamisel ohutusnõudeid pliiatsi, liimi, kääride, pintsli kasutamisel; 3) koristab koostegevuses abiga tööpaiga.	1) käsitseb ohutult tuttavaid töövahendeid; 2) järgib meeldetuletamisel ohutusnõudeid nõela, naaskli jms kasutamisel; 3) koristab suunamisel oma tööpaiga.	1) valib ja kasutab lähtuvalt materjalist ja tegevuse eesmärgist sobivaid töövahendeid; 2) teab ja järgib põhilisi ohutusnõudeid tuttavate töövahendite kasutamisel; 3) koristab tööpaiga

8. Muusika

Muusikaõpetus toetab õpilase terviklikku arengut, ühendades emotsionaalse, kognitiivse ja sotsiaalse õppimise. Muusikatund arendab loovust, eneseväljendust ja suhtlemisoskust, pakub eduelamusi ning aitab kujundada kultuurilist identiteeti. Muusika kaudu kogeb õpilane maailma kui turvalist ja tähenduslikku tervikut ning õpib ennast selles teadlikult väljendama.

Õppetegevus hõlmab muusika kuulamist, laulmist, pillimängu, muusikalis-rütmilist liikumist, mängu ja tantse. Muusikapalade valikul arvestatakse õpilaste vanust, võimeid, huvisid ning igapäevaelu ja/ või vastava klassi peaainetunniga seotud temaatikat. Muusika kaudu õpitakse väljendama tundeid, tajuma erinevaid meeleolusid ning kujundatakse muusikalist maitset. Muusikaõpetusel on oluline roll õpilastele rahvuskultuuri tutvustamisel, selles osalemisel, rahvuskommitee ja -tavade õpetamisel.

Olulisel kohal on ühine musitseerimine ja toellaulmine (toetav laulmine), mis annab õpilastele ühtekuuluvustunde ning positiivse emotsionaalse kogemuse. Muusikaõpetus võimaldab kinnistada teistes õppeainetes omandatud teadmisi ning kujundada sobivaid käitumisharjumusi. Õpilasel positiivse minapildi ja eneseväljendusoskuse kujundamiseks esinetakse koolis ja väljaspool kooli.

Muusikaõpetus algab kuulamisharjutustega, kus 1. klassis seotakse muusika piltliku ja sageli muinasjutulise meeleoluga. Õpetuses kasutatakse alguses lihtsaid ja kõlaliselt pehmeid instrumente, nagu laste harf, lüüra ja pentatooniline flööt. Õppimine liigub abiga tegutsemiselt matkiva ja jäljendava tegevuse suunas, kusjuures oluline roll on eeskujul ja kogemuslikul õppimisel.

Waldorfpedagoogikas ongi I kooliastmes keskne piltlikkus ja vahetu kogemus. Õpilased elavad muusikale kaasa, keskendudes elavale muusikale, mitte teoreetilistele mõistetele. Muusika elemente – häält, dünaamikat, rütmi, tempot, melodiat ja kõlavärvi – kogetakse tervikuna. Jäljendamisoskuse kaudu omandatakse ka esimesed pillimängu oskused. Verbaalseid mõisteid ei rõhutata, kuid praktilised muusikalised tegevused on mitmekesised ja aktiivsed.

II ja III kooliastmes säilib muusika käsitlemine tervikuna, kuid õppetegevus muutub järjest mitmekesisemaks. Lisanduvad teadlikum muusika kuulamine, muusikalised mängud, laulud, tantsud ja pillimäng. Muusika järgi liikumine arendab loovust, fantaasiat, mälu ja tähelepanu.

Murdeea lähenedes kasvab rütmi tähtsus ning suureneb muusikaliste vormide teadvustamine. Õpilased õpivad tunnetama nii meetrumit kui ka sellest vabanemist, näiteks vasturütmide kaudu.

Kolmandas kooliastmes tutvustatakse erinevate rahvaste muusikat, laule ja tantse ning tehakse sissevaade muusikaajalukku. Instrumentaalõppes suureneb individuaalse töö osakaal, arvestades õpilaste erinevaid võimeid ja arengutaset.

Laulmine ja pillimäng

Kõigis vanuseastmetes on oluline aktiivne musitseerimine, eriti pillimäng, mis aitab kogeda muusikat objektiivsena. Pillide valikul arvestatakse nende kõlavärvi ja ulatust vastavalt meetoodilistele põhimõtetele.

Laulmine on muusikaõpetuse keskne osa ning selle arendamisel keskendutakse kolmele põhivaldkonnale: hingamine, häälikute moodustamine ja kuulamine.

I kooliastmes arendatakse häält eelkõige kuulamise kaudu, muutes selle aktiivseks ja loovaks.

II kooliastmes jätkub laulmine õpetaja eeskujul, rõhutades õiget kehahoidu ja aktiivset kuulamist. Oluline on, et õpilane õpiks oma häält usaldama, mistõttu välditakse liigset instrumentaalset saatmist.

Umbes 12–13-aastaselt algab teadlikum häälekool, kus kasutatakse hingamisharjutusi ja töötatakse erinevate häälikutega, eriti kaashäälikutega, mis aitavad aktiveerida laulmiseks vajalikke lihaseid. Kehaline liikumine ja vaba eneseväljendus toetavad seda protsessi loomulikul viisil.

Puberteedieas pööratakse laulmisel suuremat tähelepanu selgele ja korrektsele eesti keelele, õigele kehahoiule ning teksti mõistmisele. Tekstitöö aitab muuta laulmise emotsionaalseks ja sisukaks, arvestades noorte arengulisi eripärasid.

8.1 Üldpädevuste kujundamine muusikaõpetuse aines

Toimetulekuõppes käsitatakse pädevust kui **õpilase võimetekohast teadmiste, oskuste ja hoiakute kogumit**, mis võimaldab tal erinevates tegevustes ja elusituatsioonides toime tulla. Pädevus kujuneb järjepideva juhendatud praktilise tegevuse kaudu.

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

- oma kultuuri väärtustamine (rahvalaulud, -tantsud, -pillid)
- positiivne suhtumine iseendasse ja kaaslastesse ühismusitseerimise kaudu
- sallivuse kujunemine teiste esinemiste kuulamisel
- Eesti hümni ja isamaalise repertuaari tundmine
- erinevate rahvaste muusikaga tutvumine

Sotsiaalne ja kodanikupädevus

- kaaslastega arvestamine ühistegevustes
- kokkulepete ja reeglite järgimine (nt mängureeglid, järjekorra ootamine)
- sobiva käitumise kujundamine erinevates olukordades
- emotsioonide tajumine ja reguleerimine

Enesemääratluspädevus

- enese ja kaaslaste mõistmine individuaal- ja rühmatöös
- erinevuste aktsepteerimine
- abivajaduse märkamine ja abi küsimine/pakkumine
- ohutusnõuete järgimine pillimängus

Õpipädevus

- osalemine muusikategevustes (laulmine, pillimäng, liikumine) kavandamises ja läbiviimises
- alustatu lõpuleviimine (nt laulu või rütmi selgeks õppimine)
- enesekontrolli arendamine (oma tegevuse võrdlemine õpetaja või eeskujuga)
- iseseisev ja juhendatud õppimine nii individuaalselt kui rühmas

Matemaatika-, loodusteaduste ja tehnoloogiapädevus

- matemaatiliste oskuste kasutamine muusikas (rütm, taktimõõt, loendamine)
- juhendite lugemine ja järgimine (pildid, skeemid, tekstid)
- põhjus-tagajärg seoste mõistmine muusikalistes tegevustes (nt heli, liikumine, tempo)
- lihtsate tehnoloogiliste vahendite kasutamine muusikaõppes

- praktiliste ülesannete lahendamine muusikalisel tegevusel (nt rütmi hoidmine, koosmäng)

Suhtluspädevus

- juhiste kuulamine, mõistmine ja järgimine
- suhtlemine kaaslastega ühistegevustes
- tunnete, mõtete ja soovide väljendamine
- abi küsimine ja pakkumine

Ettevõtlikkuspädevus

- eduelamuse kogemine muusikalisel tegevusel
- alustatud tegevuste lõpuleviimine
- osalemine muusikaliste ürituste korraldamises

Digipädevus

- lihtsate digivahendite kasutamine muusikaõppes
- tehnoloogia kasutamine õppimise mitmekesistamiseks
- vajadusel suhtlemist toetavate vahendite (nt kommunikaatorite) kasutamine

8.2 Muusikaõpetuse aine rõhuasetused

I arengutase	II arengutase	III arengutase
Õpilastes äratatakse huvi rütmi ja muusika vastu. Õpetatakse koostegevuses või täiskasvanut matkides sooritama erineva rütmi ja tempoga liigutusi rütmipille ja laulumänge mängides. Õpilast suunatakse kuulama muusikat ja sellele reageerima	Süvendatakse õpilaste muusikahuvi. Õpetatakse mängima rütmipilli lugusid ja laulma lihtsaid laule. Tutvustatakse erinevaid pille. Suunatakse hindama muusikat põhimõttel meeldib-ei meeldi. Külastatakse muusikaüritusi.	Õpilasi suunatakse tegema muusikalisi valikuid ja tegelema muusika kui harrastusega. Süvendatakse pillimänguoskusi. Õpetatakse koos laulmist ja musitseerimist. Suunatakse valima ja külastama meeldivat muusikaüritust.

8.3 Muusikaõpetuse aine soovituslik õppesisu ja õpitulemused

8.3.1 Teema: Muusika kuulamine soovituslik õppesisu

I arengutase	II arengutase	III arengutase
Inimhääle eristamine teistest häältest. Helid ja mürad looduses ja linnaruumis. Erinevates ruumides olevate helide märkamine/tundmine (pesumasin, kohvimasin, ventilatsioonihelid jms). Liisutamise, lihtsate lastealulude jm kuulamine. Rütmi ja pausi tajumine muusikas, nt liisutamise kaudu. Reageerimine vastavalt muusika iseloomule (plaksutamine, lehvitamine, käte, jalgade, keha liigutamine). Rütmipilli kasutamine vastavalt kuulatavale muusikapalale. Kaaslase esinemise jälgimine.	Loodushääle eristamine ja tundmine. Erinevate lauluhääle äratundmine laulus (nais-, mees-, lastehääled). Erižanriliste muusikapalade kuulamine, röömsa - kurva muusikapala eristamine. Erineva tempoga/ rütmiga muusikapalade kuulamine (kiire, aeglane, marsimuusika jms). Arengutasemele vastavate kontsertide külastamine.	Rahvamuusika, levimuusika ja klassikalise muusika kuulamine. Muusikapalade kuulamine: soololaul ja koorilaul. Koorilaulu kuulamine: kõrge ja madal hääle. Pillimängu kuulamine: erinevad pillid, orkester. Muusikapala kuulamisel tekkivate emotsioonide väljendamine kunstilise tegevuse kaudu. Muusikaetenduste ja kontsertide külastamine. Muusika kuulamine kui harrastus.

8.3.2 Teema: Muusika kuulamine soovitusliku õppesisu õpitulemused

I arengutase	II arengutase	III arengutase
1) eristab inimhääli teistest häältest; 2) tunneb ära korduvad hääled ja müra ruumis ja looduses; 3) tunneb huvi muusika vastu;	1) tunneb ära erinevaid loodushääli, eristab inimhääli; 2) eristab muusikapalade tunnuseid (kurb – röömus), kiiret ja aeglast rütmi; 3) eristab õpitud tantsuviisi ja marssi;	1) eristab rahva-, levi- ja klassikalist muusikat; 2) eristab soololaulu koorilaulust; 3) eristab kõrget ja madalat häälet;

4) eristab ühe ja mitme rütmipilli heli; 5) reageerib vastavalt muusika iseloomule kas käte, jalgade või keha liikumisega; 6) tunneb ära õpitud laule; 7) jälgib kaaslaste esinemist klassis ja kooli üritustel.	4) tunneb ära kuuldud laule; 5) külastab lastekontserte.	4) eristab orkestrit üksiku muusikainstrumendi mängust; 5) visualiseerib kuuldud muusikapala; 6) kuulab muusikat vabaaja tegevusena, külastab kontserte.
---	---	--

8.3.3 Teema: Muusika saatel liikumine soovituslik õppesisu

I arengutase	II arengutase	III arengutase
Vaba liikumine muusika saatel. Liikumised koos õpetajaga vastavalt laulu tekstile ja muusika meeleolule. Lihtsad laulumängud mängujuhi liikumise jäljendamisega. Klassi ja kooli üritustel esinemine õpitud laulumängudega.	Muusikapala tunnuste väljendamine liikumises. Rütmikas õpitud tantsuelementide (kõnd, jook, keerutamine, liikumine hanereas, liikumine paarilisega) kasutamine õpetaja seatud tantsudes. Ringmängud laulu saatel. Eesti traditsioonilised laulumängud paarilise valimisega. Lihtsamad tantsud õpitud tantsusammudega. Vaba tants. Kooli üritustel esinemine õpitud laulumängude, tantsude ja liikumiskavadega.	Võimalikult täpne liikumine vastavalt muusika rütmile ja karakterile (liikumisharjutused ja pausi tajumine jms). Paarilise leidmine ja tantsimine koos paarilisega Liikumine ja tantsimine kaaslasega või rühmas. Kogukonna või vabariiklikel üritustel esinemine/osalemine tantsude ja liikumiskavadega. Muusikaline liikumine, sh tants kui harrastus.

8.3.4 Teema: Muusika saatel liikumine soovitusliku õppesisu õpitulemused

I arengutase	II arengutase	III arengutase
1) matkib liigutusi; 2) liigub spontaanselt muusika saatel;	1) liigub vastavalt muusika tunnustele (kiire-aeglane, rõõmus-kurb jms);	1) osaleb tantsukavades, seltskonnatantsudes jms;

3) liigub õpetaja eeskujul vastavalt muusikale; 4) osaleb lihtsates laulu- ja ringmängudes; 5) esineb klassi- ja kooli üritustel.	2) tantsib vaba tantsu muusika saatel; 3) osaleb laulu- ja ringmängudes; 4) esineb kooli üritustel.	2) esineb kogukondlikel ja vabariiklikel üritustel.
---	---	---

8.3.5 Teema: Laulmine soovituslik õppesisu

I arengutase	II arengutase	III arengutase
Õpetaja laulmise kuulamine, jälgimine, laulu osaline kaasaulmine. Kooslaulmisel osalemine (nt plaksutab ja/või laulab kaasa vms). Nime- ja teretamislaulud. Kehaosade laulud. Laulud vastavalt päevaosale, aastarütmile. Laulude saatmine liigutustega. Jõukohane esinemine teistele.	Jõukohaste rahva- ja lastelaulude laulmine. Tuttavate meloodiate äratundmine. Laulu seostamine sisule vastava karakteriga. Ilmekas laulmine, hääle tugevuse ja tempo muutmine lauldes. Laulmine mitmekesi ühtses tempos. Hoidumine hääle liigsest pingutamisest. Enda salvestatud (laulu)hääle äratundmine. Tunnete väljendamine laulu ja muusika abil. Laulu sisu edastamine draamaelemente kasutades. Esinemine kooliüritustel soolo- või rühmalauluga.	Eakohaste laulude (lemmiklaulud) laulmine. Seltskonnalaulud: kooslaulmine, muusikalised mängud, pillisaated. Laulmine koos liikumise, liigutuste või pillimänguga. Esinemine kontserdil koolis või/ja väljaspool kooli: oma ja teiste tegevuse kooskõlastamine. Hääle tugevuse võimendamine (võimendustehnika, mikrofoniid). Hääle salvestamine. Karaoke. Hoidumine liiga valjust helist (muusika, müra) kui kahjustavast toimest kuulmisele. Osalemine lauluvõistlustel. Laulmine kui harrastus.

8.3.6 Teema: Laulmine soovitusliku õppesisu õpitulemused

I arengutase	II arengutase	III arengutase
1) kuulab õpetaja laulu ja/või laulab kaasa; 2) osaleb mõne õpitud laulu esitamisel; 3) tunneb ära õpitud laule.	1) laulab õpitud laste- ja rahvalaulu valjult ja vaikselt, 2) muudab hääle tugevust; 3) esineb (koos)lauluga kooliüritustel, saadab end rütmipillil.	1) osaleb koorilaulus; 2) laulab jõukohast soololaulu; 3) esineb/ osaleb kogukonna ja vabariiklikel üritustel.

8.3.7 Teema: Pillimäng soovituslik õppesisu

I arengutase	II arengutase	III arengutase
Muusikale kaasamängimine kehapillil (rütm kaasa plaksutamine) õpetajaga koos või ettenäitamisel. Erinevate rütmipillidega tutvumine. Õige pillihoiu harjutamine. Rütmi kaasamängimine saatemuusikaga (randmekuljused, marakas, kõlapulgad jne) Mängimine pillil (üks heli, heli ja vaikuse vaheldumine, palju helisid). Pillimängu järjekorra ootamine. Kaaslastega korraga heli tekitamine.	Rütmide kuulamine ja taasesitamine keha- ja rütmipillidel, aeglane ja kiire rütm. Rütmipillidel mängimine. Rütmi mängimine muusika saateks. Enamlevinud pillidega tutvumine. Erinevatel pillidel mängitud tuttava muusikapala äratundmine, kasutatud pilli nimetamine. Eesti rahvapillidega tutvumine. Rahvapillidel mängitud palade kuulamine. Eesti rahvamuusikaga tutvumine.	Erinevast materjalist pillide kuulamine. Kaasmängud rütmi- ja meloodiapillidel õpitud lauludele ja instrumentaalpaladele. Osalemine ansamblimängus jõukohase pilliga mängides. Pillimäng kui harrastus.

8.3.8 Teema: Pillimäng soovitusliku õppesisu õpitulemused

I arengutase	II arengutase	III arengutase
1) teeb kaasa kehapiiharjutusi; 2) kasutab rütmipille; 3) mängib muusikale kaasa rütmipillil.	1) kasutab erisuguseid rütmipille; 2) mängib järgi ettemängitud lihtsat rütmi.	1) tunneb õpitud muusikainstrumente ja orkestripille; 2) osaleb ansamblimängus jõukohase pilliga.

9. Tööõpe

Tööõppe aine toimetulekuõppes hõlmab valdkondi, mis on otseselt seotud igapäevatoimingutega kodus, koolis ning nende lähiümbruses. Kujundatakse teadmisi ja oskusi, mis on vajalikud igapäevaste kodu- ja majapidamistöödega toimetulekuks. Õpilased õpivad tundma ja täitma igapäevatöödega seostuvaid lihtsaid ohutustehnika- ja hügieeninõudeid. Vajalik on koostöö koduga, et õpilased saaksid omandatud oskusi rakendada variatiivsetes situatsioonides.

Tööõppe tegevuste läbiviimisel arvestatakse iga õpilase füüsilisi, vaimseid ja sotsiaalseid iseärasusi ning sotsiaalseid oskusi (koos tegutsemine, abi küsimine, teiste abistamine). Kujundatakse võimalikult adekvaatset enesehinnangut. Arendatakse vastutustunnet, kujundatakse positiivset suhtumist oma kohustustesse ja töösse. Olulised on igapäevaste tegevuste kavandamise, korraldamise ning probleemide lahendamise oskused.

Tööõppe käigus tutvustatakse lihtsaid igapäevategevustes vajaminevaid töövahendeid ja masinaid ning õpetatakse neid juhendamisel / juhendi abil kasutama. Õpetatakse mõistma töö vajalikkust ja selle lõpuleviimise tähtsust.

Tööõppe valdkonda kuuluvad praktilised toimingud, mis koosnevad paljudest operatsioonidest. Igal järgneval arengutasemel laiendatakse omandatud teadmisi ja oskusi.

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.

9.1 Üldpädevuste kujundamine tööõppe aines

Toimetulekuõppes käsitatakse pädevust kui **õpilase võimetekohast teadmiste, oskuste ja hoiakute kogumit**, mis võimaldab tal erinevates tegevustes ja elusituatsioonides toime tulla. Pädevus kujuneb järjepideva juhendatud praktilise tegevuse kaudu.

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.

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 tundide 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 elulis-praktilisi oskusi, nt koristamine, toiduvalmistamine, sisseostude sooritamine jms. Tööõppe tundide 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 elulis-praktilisi lugemis- ja kirjutamisoskusi 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 elulis-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.

9.2 Tööõppe aine rõhuasetused

I arengutase	II arengutase	III arengutase
Toimub igapäevaste majapidamistööde osatoimingute praktiline õppimine koostegevuses.	Kujundatakse praktilise tegevuse oskusi, harjutatakse nende rakendamist korduvates situatsioonides.	Kinnistatakse omandatud töövõtteid ja õpitakse uusi.
Täidetakse erinevaid jõukohaseid tööülesandeid koostöös või individuaalselt.	Õpitakse töövõtteid ning neid õiges järjestuses sooritama.	Tähelepanu pööratakse tööoperatsioonide õigele järjekorrale ning töö lõpetamise vajalikkusele.
Tööoperatsioonid/tegevused jaotatakse õpilaste vahel nende võimeid ja oskusi arvestades.	Kujundatakse oskusi sooritada koostöös järjestikusi tööoperatsioone/tegevusi.	Hakatakse täitma tööülesandeid, mille puhul töö valmib alles teatud aja möödudes.
Tööprotsessile antakse positiivset tagasisidet.	Õpilasi suunatakse valima jõukohaseid õpitud tööoperatsioone ja tegevusi.	Praktiseeritakse sotsiaalse suunitlusega tööülesandeid, teiste abistamist.

	Töö protsessile ja tulemusele antakse positiivset tagasisidet.	Kasutatakse laiendatud sõltuvat koostööd (tööd tehakse ühel ajal ning ühist eesmärki silmas pidades). Õpilasi õpetatakse suunatult oma tegevusi ja töö tulemust planeerima, ise sobivaid töövahendeid valima ja konkreetse töö teostamiseks vajalikke osatoiminguid järjestama. Õpilasi suunatakse oma töö tulemusi kontrollima ja hindama. Õpilasi suunatakse oma tegevusele ja valmis tööle hinnangut andma. Kujundatakse harjumus teha nii meeldivat kui ka vähem meeldivat tööd.
--	---	---

9.3 Tööõppe aine soovituslik õppesisu ja õpitulemused

9.3.1 Teema: Ruumide korrashoid ja koristamine soovituslik õppesisu

I arengutase	II arengutase	III arengutase
Koostegevuses klassi korrastamisel ja koristamisel osalemine. Suunamisel oma töökoha korrastamine. Isiklike töövahendite karbi paigutamine selleks ettenähtud kohale. Suunamisel korrapidaja lihtsamate ülesannete täitmine (nt tahvli puhastamine, PCS piltide	Korrapidaja tööülesannete jaotamine ja täitmine. Verbaalsel suunamisel eluruumide ja klassi korrashoid, korrastamine. Tuttavate koristusvahendite kasutamine ruumide koristamisel.	Korrapidaja ülesannete järjestamine. Ülesannete jaotamine koristustöödel. Ühiselt kasutatavate ruumide (trepikojad) korrashoid ja koristamine. Puhastusainete hoiatavad tingmärgid ja nende arvestamine tegevustes.

äravõtmine, klassis olevate laste piltide leidmine, juhendamisel ilmakalendri täitmine jne). Tutvumine erinevate koristamisel kasutatavate töövahendite ja nende otstarbega (nt lapp, hari, kühvel, luud, mopp, ämber). Juhendamisel erinevate tuttavate töövahendite kasutamine. Koostegevuses tolmu pühkimine. Koostegevuses mööbli paigutamine klassiruumis sobivale kohale. Lühiajaline keskendumine tööprotsessile, koostegevuses töö lõpule viimine (nt lapiga tolmu pühkimine). Koostegevuses eeskuju järgi hügieeni- ja ohutusnõuete järgimine. Lihtsate piltskeemide suunatud lugemine ja koostegevuses järgimine. Koostegevuses lihtsa töö kavandamine esemete ja/või pildimaterjali abil (nt igapäevaelu esemed, fotod, PCS pildid, piktogrammid vms). Igapäevase tuttava kodutehnika (nt veekeetja, tolmuimeja, nõudepesumasin, külmkapp, mikrolaineahi jne) otstarbe mõistmine. Elulis-praktilistes olukordades koostegevuses tuttava kodutehnika kasutamisel osalemine. Abi vastuvõtmine, abi osutamisel	Meeldetuletamisel tuttavate koristustööde iseseisev sooritamine. Tolmu pühkimine. Põranda pühkimine. Põranda pesemine mopiga. Tahvli, laudade ja uste pesemine. Suunamisel põrandate ja põrandakatete puhastamine tolmuimejaga. Verbaalsel suunamisel mööbli paigutamine klassiruumis õigele kohale (nt peale koristamist, klassi pidu vms). Verbaalsel suunamisel nõudepesumasinasse mustade nõude paigutamine, puhaste nõude masinast välja võtmine. Koostegevuses pesumasinas kodutekstiilide pesemine: sorteerimine, pesumärkide lugemine, pesumasina programmide lugemine ja sobiva valimine. Verbaalsel suunamisel pildimaterjali ja/või sõnakaartide abil lihtsa töö tegevusplaani/tegevuste jada koostamine. Tutvumine puhastusainete hoiatavate tingmärkidega (tuleohtlik, mürgine jms), koostegevuses tingmärkidega arvestamine. Kummikinnaste otstarve ja kasutamine meeldetuletamisel. Toataimede eest hoolitsemine. Lillede kastmine meeldetuletamisel. Lühiajalise töö või õpilasele antud tööosa	Kummikinnaste kasutamine. Seinte (värvitud, plaaditud) pesemine, puhastusvahendite valimine ja kasutamine. Valamute, WC-pottide puhastamine, selleks vajalike vahendite valimine ja kasutamine. Peeglite, ukseklaaside, akende pesemine; puhastusvahendite valimine ja kasutamine. Kodutekstiilide kasutamine ja puhastamine. Tekkide, mööblikatete kloppimine klopitsaga, käsitsi. Voodipesu vahetamine. Pehme mööbli, radiaatorite puhastamine tolmuimejaga. Suurpuhastus: kardinad, katted, kuplid. Koristustöö plaani koostamine pildimaterjali abil või kirjalikult. Koostatud plaani järgimine. Vajalike kodutööde planeerimine nädalaks. Kaaslaste abivajaduse märkamine ja abi osutamine.
--	---	---

tööprotsessis püsimine.	täitmine ja lõpuni viimine. Enda abivajaduse märkamine ja abi küsimine.	
-------------------------	--	--

9.3.2 Teema: Ruumide korrashoid ja koristamine soovitusliku õppesisu õpitulemused

I arengutase	II arengutase	III arengutase
1) täidab koostegemisel jõukohaseid ülesandeid korrapidamis- ja majapidamistöodes; 2) täidab koostegevuses tööülesandeid; 3) püsib suunamisel lühiajaliselt tööprotsessis ja viib alustatud töö koostegevuses lõpuni; 4) kasutab koostegevuses talle antud töövahendeid; 5) võtab vastu abi; 6) täidab suunamisel hügieeni- ja ohutusnõudeid; 7) osaleb koostegevuses töö planeerimisel, jälgib ja järgib suunamisel töö piltplaani; 8) koristab koostegevuses pärast töö lõpetamist oma töökoha; 9) eristab suunamisel prügi vajalikest esemetest ja viib prügikasti.	1) teeb meeldetuletamisel õpitud korrapidamis- ja majapidamistöid; 2) täidab talle antud tööülesande ühe osana ühistööst; 3) viib alustatud töö enamasti lõpuni; 4) valib tööks vajalikud töövahendid, sh kodutehnika ja kasutab seda juhendamisel; 5) märkab enda abivajadust tööülesannete täitmisel ja küsib abi; 6) täidab meeldetuletamisel hügieeni- ja ohutusnõudeid; 7) koostab, jälgib ja järgib suunamisel töö visuaalset plaani; 8) koristab suunamisel pärast töö lõpetamist oma töökoha; 9) sorteerib juhendamisel prügi, on suunamisel säästlik ja taaskasutav.	1) teeb õpitud jõukohaseid majapidamistöid; 2) osaleb võimetekohaselt ühistöös; 3) viib alustatud töö lõpuni; 4) valib töö tegemiseks vajalikud töövahendid, sh kodutehnika ja kasutab neid; 5) küsib vajaduse korral abi ülesande täitmiseks; 6) abistab suunamisel teisi jõukohaste tööülesannete täitmisel; 7) täidab hügieeni- ja ohutusnõudeid erinevate õpitud tööde juures; 8) koostab, jälgib ja järgib töö plaani; 9) on säästlik ja taaskasutav igapäevastes kodu- ja majapidamistöodes.

9.3.3 Teema: Inimene ja töö soovituslik õppesisu

I arengutase	II arengutase	III arengutase
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. Koristaja tööülesanded koolis. Koristaja töö matkimine klassis mängulises tegevuses ja elulises situatsioonis. Suunamisel enda töökoha korrastamine, isiklike asjade paigutamine selleks ettenähtud kohale. Koostegevuses lapiga tolmu pühkimine. Tegevustes abi vastuvõtmine ja koostöös tegevuse jätkamine.	Tuttavad elukutsed: müüja, õpetaja, koristaja, kokk, bussijuht, arst, medõde, ehitaja, müüja jms. Nende töökoha, töövahendite ja tööülesannetega tutvumine. Ema/ isa töökoht ja amet. Verbaalsel suunamisel päevaplaani koostamine pildimaterjali ja/või sõnakaartide abil. Koostatud päevaplaani jälgimine, järgimine ja täitmine suunamisel. Klassis korrapidaja tööülesannete jaotamine ja täitmine. Osalemine klassi korrastamisel ja koristamisel. Klassis olevate puhastusvahendite koha teadmine, nt seebi, lapi, harja, kühvli jne asukohad. Enda abivajaduse märkamine ja abi küsimine.	Kodukoha lähedal asuvad ettevõtted ja asutused. Õpilasele jõukohased ametid, nt koristaja, pesumasinist, haljastustöötaja, majahoidja, köögitööline, laadija, sulane jms. Nende ametite tööülesanded. Õpitud osaoskuste ühendamine ahelaks ja tuttava töö sooritamine algusest lõpuni, sh vajalikke tööriistade valimine, nende asukoha leidmine ja töö lõpetamisel tagasipanemine õigele kohale. Töötamine erinevates töökohtades: nt puutöökoda, aed, pesuköök, õppeköök, aed, park jne. Kutse õppimise võimalused. Tutvumine toetatud ja kaitstud töö tegemise võimalustega. Tutvumine SKA poolt pakutavate teenustega, sh töölaadsete tegvustega teenuse raames. 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.

9.3.4 Teema: Inimene ja töö soovitusliku õppesisu õpitulemused

I arengutase	II arengutase	III arengutase
1) kasutab koostegevuses talle antud töövahendeid; 2) püsib suunamisel lühiajaliselt tööprotsessis ja viib alustatud töö koostegevuses lõpuni; 3) võtab vastu abi; 4) osaleb koostegevuses töö planeerimisel, jälgib ja järgib suunamisel töö piltplaani; 5) on tutvunud mänguliste tegevuste kaudu erinevate tuttavate elukutsetega.	1) kasutab tööülesannete täitmiseks tuttavaid töövahendeid; 2) viib suunamisel alustatud töö lõpuni; 3) märkab enda abivajadust tööülesannete täitmisel ja küsib abi; 4) koostab, jälgib ja järgib suunamisel töö visuaalset plaani; 5) teab/oskab nimetada tuttavate elukutsete esindajaid; 6) teab ema/isa ametit.	1) valib töö tegemiseks vajalikud töövahendid ja kasutab neid; 2) viib alustatud töö lõpuni; 3) osaleb võimetekohaselt ühistöös; 4) küsib vajaduse korral abi ülesande täitmiseks; 5) abistab suunamisel teisi jõukohaste tööülesannete täitmisel; 6) koostab, jälgib ja järgib töö plaani; 7) tunneb erinevaid jõukohaseid ameteid; 8) omab esmast töökogemust õppetöökojas, haljastusvaldkonnas vms.

9.3.5 Teema: Asjad ja nende korrashoid soovituslik õppesisu

I arengutase	II arengutase	III arengutase
Enda asjade, sh koolitarvete ja riietusesemete tundmine, eristamine kaaslaste omast. Suunamisel oma töökoha korrastamine. Koostegevuses oma kooliasjade ülevaatamine põhimõttel kasutuskõlblik või mitte. Kasutuskõlbmatute ja mittevajalike esemete äraviskamine, nt tühjad värvitopsid, liimpulgad, kuivanud vildikad jms.	Asjade eristamine põhimõttel minu oma, meie oma. Töökoha korrastamine meeldetuletamisel. Erinevad panipaigad klassiruumis, seal olevad esemed. Panipaikade korrashoid. Oma asjade, töövahendite eest hoolitsemine, nende paigutamine selleks ettenähtud kohale. Koolitarvete kasutuskõlblikkuse, puhtuse jms jälgimine verbaalsel suunamisel.	Asjade eristamine põhimõttel meie oma, võõras. Erinevate panipaikade korrashoid ja koristamine. Põranda- ja tolmulappide pesemine. Töövahendite ratsionaalne paigutus, ärapanemine peale kasutamist ja hoidmine. Koristustöödel vee, puhastusvahendite ratsionaalne tarbimine. Elektri säästlik

Koostegevuses näitvahenditena kasutatavate riietusesemete ülevaatamine põhimõttel määratud, katkine jms. Enda riietuse ülevaatamine põhimõttel määratud - puhas, terve- katkine. Pildimaterjali põhjal koostegevuses otsustamine, kas piltidel kujutatud tarbeesemed ja riietusesemed on kasutuskõlblikud. Mida teha kasutuskõlbmatute asjadega: parandamine, pesemine, ära viskamine. Abi vastuvõtmine, abi osutamisel tööprotsessis püsimine.	Töövahendite töökorda seadmine: pliiatsite teritamine, pinali korrastamine jms. Materjaliõpetus: paber, klaas, plastik, metall, tekstiil, puit, looduslikud materjalid jne. Prügi sorteerimise alustõed: olmejäätmek, papp ja paber, biojäätmek, klaas, pakend. Tutvumine erinevate prügikonteineritega koolimajas, õuealal, avalikus ruumis. Verbaalsel suunamisel prügi sorteerimine. Tutvumine säästliku eluviisi põhimõtetega: kokkuhoid ja taaskasutus. Osalemine koolis läbiviidavate taaskasutusprojektides. Prügivedaja amet ja tööülesanded. Verbaalsel suunamisel enda riietuse ülevaatamine põhimõttel määratud- puhas, katkine - terve. Suunamisel riide, sh aluspesu ja sokkide vahetamise vajaduse üle otsustamine. Kehalise kasvatuse riide korrashoid. Koostegevuses käsitsi väikeste riideesemete, nt sokid, pesemine. Koostegevuses pesumasinas pesu pesemine: riide sorteerimine, pesumärkide lugemine, pesumasina programmide lugemine ja sobiva valimine. Pesu kuivama panemine. Enda abivajaduse märkamine ja abi küsimine.	tarbimine. Prügi sorteerimine, vajadusel abi küsimine. Riietuse sorteerimine põhimõttel: sobib kandmiseks aga enam ei meeldi ja läheb taaskasutusse; ei sobi kandmiseks - saab kasutada käsitöömaterjalina (nt vaibakudumine), tuleb ära visata. Kasutatud patareide, rõivaste, kõlbmatu ravimite selleks ettenähtud kohtadesse viimine. Asjade pakkimine väljasõiduks, ekskursiooniks. Vajalike asjade nimekirja koostamine. Kaaslaste abivajaduse märkamine ja abi osutamine.
--	--	---

9.3.6 Teema: Asjad ja nende korrashoid soovitusliku õppesisu õpitulemused

I arengutase	II arengutase	III arengutase
1) täidab koostegemisel jõukohaseid ülesandeid korrapidamis- ja majapidamistöodes; 2) võtab vastu abi; 3) tunneb ära endale kuuluvad esemed, teab oma asjade kokkulepitud hoiukohta; 4) hoiab suunamisel korras oma töökoha; 5) eristab suunamisel prügi vajalikest esemetest ja viib prügikasti.	1) teeb meeldetuletamisel õpitud korrapidamis- ja majapidamistöid; 2) märkab enda abivajadust tööülesannete täitmisel ja küsib abi; 3) teeb vahet oma ja võõrastel asjadel; 4) hoiab igapäevaselt korras oma koolitarbed ja töökoha; 5) sorteerib juhendamisel prügi, on suunamisel säästlik ja taaskasutav.	1) teeb õpitud jõukohaseid majapidamistöid; 2) abistab suunamisel teisi jõukohaste tööülesannete täitmisel; 3) teeb vahet omandisuhetel oma-võõras-meie; 4) on säästlik ja taaskasutav igapäevastes kodu- ja majapidamistöodes.

9.3.7 Teema: Toitlustamine soovituslik õppesisu

I arengutase	II arengutase	III arengutase
Mängulistes tegevustes laua katmine ja koristamine, vastavasisulised nuku- ja rollimängud. KoostegEVuses laua katmine etteantud nõudega elulis -praktilises olukorras, nt sööklas, klassiüritusel, õppeköögis vms. Laua koristamine pärast söömist. Verbaalsel suunamisel laua katmine vastavalt skeemile, nt lauakate, millel on kujutatud söögiriistade asukohad. Abi vastuvõtmine, abi osutamisel tööprotsessis püsimine.	Hommiku-, lõuna ja õhtusöögi ning piduliku laua jaoks lauanõude suunatud valimine vastavalt menüüle. Suunamisel hommiku- ja õhtusöögi laua katmine ja koristamine. Lõunalaua ja piduliku laua katmine koostegEVuses: küünlad, linikud, lilled, nõud. Verbaalsel suunamisel enda tööülesande, nt laua katmine iseendale, lõpule viimine. Enda abivajaduse märkamine ja abi küsimine.	Lõunasööginõude valimine ja paigutamine. Lõunasöögilaua katmine ja koristamine. Lauakatmine vastavalt inimeste arvule. Temaatiliste pidulaudade katmine. Rootsi laud, selle katmine. Nimekaartide ja kaunistuste kasutamine peolauas. Taaskasutatavate nõude ja ühekordsete nõude kasutamine üritustel. Piknikukorvi komplekteerimine, piknikulaua katmine.

		Ühises töös osalemine, enda tööosa lõpuleviimine. Kaaslaste abivajaduse märkamine ja abi osutamine.
--	--	---

9.3.8 Teema: Toitlustamine soovitusliku õppesisu õpitulemused

I arengutase	II arengutase	III arengutase
1) püsib suunamisel lühiajaliselt tööprotsessis ja viib alustatud töö koostegevuses lõpuni; 2) katab koostegevuses etteantud nõudega söögikoha ja koristab pärast söömist laua; 3) osaleb koostegevuses töö planeerimisel, jälgib ja järgib suunamisel töö piltplaani 4) osaleb suunamisel lühiajaliselt ühistöös; 5) täidab koostegevuses tööülesandeid, täites hügieeni- ja ohutusnõudeid; 6) võtab vastu abi.	1) leiab suunamisel vajalikud lauanõud ja vahendid laua katmiseks erinevatel söögikordadel; 2) abistab laua katmisel ja koristamisel; 3) viib suunamisel alustatud töö lõpuni; 4) täidab talle antud tööülesande ühe osana ühistööst; 5) täidab lihtsamaid toitlustamisega seotud tööülesandeid meeldetuletamisel; 6) täidab meeldetuletamisel hügieeni- ja ohutusnõudeid; 7) märkab enda abivajadust tööülesannete täitmisel ja küsib abi.	1) katab lauda erinevateks söögikordadeks ja sündmusteks ning koristab selle pärast söömist; 2) osaleb võimetekohaselt ühistöös; 3) viib alustatud töö lõpuni; 4) täidab hügieeni- ja ohutusnõudeid erinevate õpitud tööde juures; 5) abistab teisi jõukohaste tööülesannete täitmisel.

9.3.9 Teema: Köögitööd soovituslik õppesisu

I arengutase	II arengutase	III arengutase
Mängulistes tegevustes köögitööde sooritamine, vastavasisulised nuku- ja rollimängud.	Meeldetuletamisel hügieeninõuete täitmine köögis töötamisel: käte pesemine, rõivastus. Köögis olev mööbel, kodutehnika,	Tunneb erinevaid köögitarvikuid ja nende otstarvet. Kasutab iseseisvalt tuttavaid köögitarvikuid toiduvalmistamisel.

Köögis kasutatavad majapidamisvahendid, nt käsn, lapp, pesuhari jne. Majapidamisvahendite eristamine välimuse ja kasutamise otstarbe järgi. Õpitud majapidamisvahendite nimetused passiivses ja aktiivses sõnavaras. Õpitud majapidamisvahenditega koostegevuses õpitud majapidamistööde sooritamine, nt lapiga tööpinna puhastamine. Koostegevuses eeskuju järgi hügieeni- ja ohutusnõuete järgimine. Lihtsate piltskeemidena kujutatud hügieeni- ja ohutuslaste juhiste suunatud lugemine ja koostegevuses järgimine, nt skeem, kuidas pesta käsi. Köögis olevate mööbliesemete ja kodutehnika eristamine välimuse ja kasutamise otstarbe järgi. Õpitud mööbliesemete ja kodutehnika nimetused passiivses ja aktiivses sõnavaras. Suunamisel töö tegemiseks vajaliku kodutehnika valimine ja koostegevuses kasutamine. Abi vastuvõtmine, abi osutamisel tööprotsessis püsimine	köögitarvikud. Nende nimetused, otstarve ja suunatud kasutamine. Köögitarvikute kasutamine suunamisel: sõel, riiv, pajalapid. Kodumasinad ja ohutusnõuded nendega töötamisel. Kodumasinade kasutamine verbaalsel suunamisel: külmutuskapp, röster. Koostegevuses: pliit ja ahi, nõudepesumasin, veekeetja, kohviaparaat, mikser, vahvlimasin jms Verbaalsel suunamisel nõudepesumasinasse mustade nõude paigutamine, puhaste nõude masinast välja võtmine. Verbaalsel suunamisel korrektne nõude pesemine, nõudepesuvahendi kasutamine. Nõude kuivatamine: restile, rätikule nõrguma, rätikuga kuivatamine. Pannide, pottide, küpsetusvormide puhastamine koostegevuses. Meeldetuletamisel köögi korrastamine: nõude ja toiduainete paigutamine ettenähtud kohtadesse. Toiduainete säilitamine külmikus. Koostegevuses köögikella kasutamine. Verbaalsel suunamisel prügi sorteerimine. Enda abivajaduse märkamine ja abi küsimine.	Tunneb erinevaid kodumasinad ja nende otstarvet. Teab ning järgib ohutusnõudeid nendega töötamisel. Tuttavate kodumasinade iseseisev kasutamine: elektri- ja gaasipliit, nõudepesumasin, veekeetja, kohviaparaat, mikser. Kodumasinade puhastamine. Kodutehnika kasutusjuhendite lugemine. Kodutehnikal olevate piltide ja nuppude tähendus ja kasutamine. Prügi sorteerimine, vajadusel abi küsimine. Kaaslaste abivajaduse märkamine ja abi osutamine.
--	---	--

9.3.10 Teema: Köögitööd soovitusliku õppesisu õpitulemused

I arengutase	II arengutase	III arengutase
1) täidab koostegevuses tööülesandeid, täites hügieeni- ja ohutusnõudeid; 2) kasutab koostegevuses talle antud töövahendeid; 3) püsib suunamisel lühiajaliselt tööprotsessis ja viib alustatud töö koostegevuses lõpuni; 4) valib suunamisel igapäevaste kodutööde tegemiseks vajaliku kodutehnika ja kasutab seda koostegevuses; 5) osaleb koostegevuses töö planeerimisel, jälgib ja järgib suunamisel töö piltplaani; 6) eristab suunamisel prügi vajalikest esemetest ja viib prügikasti; 7) võtab vastu abi.	1) täidab meeldetuletamisel hügieeni- ja ohutusnõudeid; 2) valib tööks vajaliku kodutehnika ja kasutab seda juhendamisel; 3) viib suunamisel alustatud töö lõpuni; 4) täidab talle antud ülesande ühe osana ühistööst; 5) teeb lihtsaid köögitöid; 6) leiab suunamisel erinevatelt esemetelt ja pakenditelt tingmärke, teab nende tähendust; 7) sorteerib juhendamisel prügi, on suunamisel säästlik ja taaskasutav; 8) märkab enda abivajadust tööülesannete täitmisel ja küsib abi.	1) täidab hügieeni- ja ohutusnõudeid erinevate õpitud tööde juures; 2) kasutab õpitud kodutehnikat; 3) osaleb võimetekohaselt ühistöös; 4) viib alustatud töö lõpuni; 5) teeb köögitöid; 6) loeb lihtsaid skeeme ja jooniseid esemetelt ja pakenditelt ning oskab nende järgi tegutseda; 7) on säästlik ja taaskasutav igapäevastes kodu- ja majapidamistöodes; 8) abistab teisi jõukohaste tööülesannete täitmisel.

9.3.11 Teema: Toiduvalmistamine soovituslik õppesisu

I arengutase	II arengutase	III arengutase
Toiduvalmistamisel hügieeninõuete täitmine: verbaalsel suunamisel käte pesemine, abiga põlle ette panemine/eest ära võtmine, kaitsemütsi/ pearätiku kasutamine. Ohtude suunatud märkamine toiduvalmistamisel ja neist hoidumine koostegevuses: teravad esemed, kuumad joogid ja söögid, kuum pliit, ahi jms.	Toiduvalmistamisel hügieeninõuete täitmine: käte pesemine, meeldetuletamisel põlle ette panemine/eest ära võtmine, kaitsemütsi/ pearätiku kasutamine. Suunamisel ohutusnõuete järgimine köögitarvikute ja kodumasinade kasutamisel. Ohutusnõuded kuumade jookide ja toitade valmistamisel.	Toiduvalmistamisel hügieeni- ja ohutusnõuete täitmine. Leiva, saia, vorsti lõikamine. Juustunoa kasutamine. Puljongi valmistamine kontsentraadist. Poolfabrikaatidest, konservidest,

Toiduained ja toidud, nende nimetused passiivses ja aktiivses sõnavaras. Koostegevuses lihtsa söögi/ joogi valmistamine, nt võileiva (enne viilutatud leivale/ saiale viilutatud juustu/vorsti panemine), maitsevee, müsli, smuutide, tee, mahlajoogi jms valmistamine. 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. Kaaslastega toidu jagamine, nt sünnipäeva puhul kommid, küpsiste, puuviljade jms jagamine. Lihtsa piltskeemina esitatud retsepti lugemine ja koostegevuse järgimine. Abi vastuvõtmine, abi osutamisel tööprotsessis püsimine.	Suunamisel lihtsa hommikusöögi valmistamine. Viilutatud leivale, saiale või/määrdevõide määrimine. Saia/leiva röstimine rösteris. Koostegevuses vee keetmine veekeetjaga. Puuviljade, aedviljade koorimine ja tükeldamine. Aedviljasalati valmistamine. Valmistaigna rullimine, tükeldamine, koostegevuses küpsetiste valmistamine ja kaunistamine. Toiduainete rühmadega tutvumine: piima-, liha, teraviljatooted, puu- ja köögiviljad. Tervisliku toidutaldriku ja toidupüramiidi põhimõtetega tutvumine. Lihtsa piltskeemina või lihtsas keeles tekstina esitatud retsepti lugemine, loetu mõtestamine ja verbaalsel suunamisel retsepti põhjal koostegevuses toidu valmistamine. Toidu valmistamisel verbaalsel suunamisel biojäätmete ja pakendite sorteerimine. Enda abivajaduse märkamine ja abi küsimine.	pakisuppidest lihtsa toidu valmistamine. Makaronide, muna keetmine. Aedviljade puhastamine ja koorimine. Praekartulite valmistamine. Toiduainete küpsetamine (kana, kala, juurviljad jm). Lihtsate magustoitade valmistamine (vahustamised). Vahvlite küpsetamine vahvlimasinaga. Koogi küpsetamine. Toidu soojendamine. Toidu serveerimine ja kaunistamine. Toiduainete rühmitamine vastavalt piima-, liha, teraviljatooted, puu- ja köögiviljad. Tervisliku toidutaldriku koostamine vähesel verbaalsel suunamisel. Toidupüramiidi põhimõtted. Ülesannete jaotamine toiduvalmistamisel. Lihtsate retseptide (skeemide) järgi toidu valmistamine. Toiduvalmistamisel tekkinud prügi sorteerimine. Kaaslaste abivajaduse märkamine ja abi osutamine.
--	--	---

9.3.12 Teema: Toiduvalmistamine soovitusliku õppesisu õpitulemused

I arengutase	II arengutase	III arengutase
1) kasutab koostegevuses talle antud töövahendeid; 2) püsib suunamisel lühiajaliselt tööprotsessis ja viib alustatud töö koostegevuses lõpuni; 3) täidab koostegevuses tööülesandeid, täites hügieeni- ja ohutusnõudeid; 4) osaleb koostegevuses toidu valmistamisel; 5) riietub suunamisel tööks vajalikku riietusse; 6) osaleb koostegevuses töö planeerimisel, jälgib ja järgib suunamisel töö piltplaani; 7) eristab suunamisel prügi vajalikest esemetest ja viib prügikasti; 8) võtab vastu abi.	1) valib tööks vajaliku kodutehnika ja kasutab seda juhendamisel; 2) kasutab tööülesannete täitmiseks tuttavaid töövahendeid; 3) täidab talle antud ülesande ühe osana ühistööst; 4) viib suunamisel alustatud töö lõpuni; 5) täidab meeldetuletamisel hügieeni- ja ohutusnõudeid; 6) suunamisel valmistab lihtsaid õpitud toite; 7) valmistab lihtsa hommikusöögi; 8) tükeldab puu- ja aedvilja; 9) valmistab suunamisel valmistaignast küpsetisi; 10) valib suunamisel tööks vajaliku riietuse; 11) koostab, jälgib ja järgib suunamisel töö visuaalset plaani; 12) sorteerib juhendamisel prügi, on suunamisel säästlik ja taaskasutav; 13) märkab enda abivajadust tööülesannete täitmisel ja küsib abi.	1) valib töö tegemiseks vajalikud töövahendid ja kasutab neid; 2) kasutab õpitud kodutehnikat; 3) viib alustatud töö lõpuni; 4) osaleb võimetekohaselt ühistöös; 5) täidab hügieeni- ja ohutusnõudeid erinevate õpitud tööde juures; 6) planeerib abiga menüüid, teeb vajalikke sisseoste ja valmistab lihtsat toitu; 7) valmistab lihtsat toitu skeemi/retsepti järgi; 8) valmistab poolfabrikaatidest ja konservidest lihtsat toitu; 9) kaunistab ja serveerib toidu; 10) valib tegevusele ja olukorrale vastava tööriietuse ja jalatsid; 11) osaleb ülesannete jaotamisel söögivalmistamise juures; 12) koostab, jälgib ja järgib töö plaani; 13) sorteerib toiduvalmistamisel tekkinud prügi; 14) küsib vajaduse korral abi ülesande täitmiseks.

9.3.13 Teema: Sisseostude tegemine soovituslik õppesisu

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

9.3.14 Teema: Sisseostude tegemine soovitusliku õppesisu õpitulemused

I arengutase	II arengutase	III arengutase
1) osaleb koostegevuses töö planeerimisel, jälgib ja järgib suunamisel töö piltplaani; 2) osaleb õppekäikudel poodi ja turule; 3) abistab sisseostude sooritamisel jõukohaste tegevustega; 4) koostegevuses koostab ja loeb piltidest koostatud ostunimekirja; 5) võtab vastu abi.	1) koostab, jälgib ja järgib suunamisel töö visuaalset plaani; 2) koostab abiga ostunimekirja ning kasutab seda sisseostude sooritamisel; 3) leiab tuttavas poes kauba; 4) verbaalsel suunamisel maksab kassas sularahas; 5) valib suunamisel sõbrale kingituse; 6) pakib kingituse; 7) märkab enda abivajadust ja küsib tuttavalt inimeselt abi.	1) planeerib abiga menüüd, teeb vajalikke sisseoste ja valmistab lihtsat toitu; 2) koostab ja kasutab ostunimekirja; 3) valib kaupluses sobivad riideesemed; 4) määratleb abiga ostudeks vajamineva rahasumma, 5) maksab kassas sularahas ja/või kaarti kasutades; 6) kasutab iseteeninduskassat ostude eest tasumisel; 7) küsib vajadusel teenindajalt abi.

9.3.15 Teema: Rõivastus ja selle hooldus soovituslik õppesisu

I arengutase	II arengutase	III arengutase
Koostegevuses näitvahenditena kasutatavate riietusesemete ülevaatamine põhimõttel määratud, katkine jms. Enda riietuse ja jalanõude ülevaatamine põhimõttel määratud - puhas, terve - katkine. Pildimaterjali põhjal koostegevuses otsustamine, kas piltidel kujutatud tarbeesemed ja riietusesemed on kasutuskõlblikud. Mida teha kasutuskõlbmatute asjadega: parandamine, pesemine, ära viskamine, taaskasutus.	Verbaalsel suunamisel enda riietuse ja jalanõude ülevaatamine põhimõttel määratud- puhas, katkine - terve. Suunamisel riiete, sh aluspesu ja sokkide vahetamise vajaduse üle otsustamine. Musta pesu hoidmine. Koostegevuses pesu pesemine käsitsi (sokid, pesu, sukkpüksid jne). Koostegevuses pesumasinas pesu pesemine: pesu sorteerimine värvi alusel, pesumärkide	Riietuse sorteerimine põhimõttel: sobib kandmiseks, aga enam ei meeldi - läheb taaskasutusse; ei sobi kandmiseks - tuleb ära visata, taaskasutada. Pesumärkide lugemine: käsitsipesu, masinpesu, ainult keemiline puhastus, vajab triikimist, ei vaja triikimist jm. Pesu sorteerimine: kirju, valge/hele, tume pesu.

Suunamisel riide puhastusrulliga puhastamine. Koostegevuses riide ja jalanõude valimine vastavalt ilmale. Pesulõksude kasutamine mängulises õppetegevuses. Riide tingmärkide eristamine teistest märkidest. Koostegevuses riideesemetelt pesuhooldusmärkide leidmine. Koostegevuses jalanõude puhastamine lapiga. Sokkide ja kinnaste paaride leidmine. Abi vastuvõtmine, abi osutamisel tööprotsessis püsimine.	lugemine, pesumasina programmide lugemine ja sobiva valimine. Pesu kuivatamine nõõril, pesurestil. Jalanõude kuivatamine. Kummijalanõude pesemine. Rõivastuse ja jalatsite valik vastavalt ilmale ja tegevusele. Piduliku, igapäevase, sportliku riide valik. Kehalise kasvatuse riide korrashoid. Riidelusel tingmärkide leidmine ja koostegevuses tähenduse selgitamine. Lihtsamate tingmärkide sobitamine neil märgitud kodumasinatega (nt triikraua märk triikrauaga). Materjaliõpetus: tekstiil/kangas, vill/lõng, nahk, kunstnahk jms. Tutvumine säästliku eluviisi põhimõtetega: kokkuhoid ja taaskasutus. Osalemine koolis läbiviidavate taaskasutusprojektides, nt vanadest riidest kaltsuvaiba kudumine. Enda abivajaduse märkamine ja abi küsimine.	Pesu pesemine automaatpesumasina: pesu panemine masinasse, masina sisselülitamine, pesu väljavõtmine. Pesumasina juhendi lugemine koostegevuses. Pesumasinal olevate ikoonide mõistmine (pesurežiim, loputus, vee väljalaskmine jm). Pesupulbri valimine. Pesupulbri kogus. Loputusvahendid. Automaatpesumasina temperatuuri reguleerimine pesumärkide järgi. Pesu pesumajja viimine. Triikraua sisse- ja väljalülitamine. Triikraua temperatuuri valimine vastavalt pesumärgile. Aurustaja kasutamine/pesu niisutamine. Pesu triikimine. Triikimise ohutusnõuded. Triigitud pesu sorteerimine, kappi paigutamine. Rõivaste kokkupanek. Nõõbi õmblemine, soki nõõlumine, õmbluste parandamine, paigad/aplikatsioonid. Sobivate rõivaste valimine (värvitoonid, suurus). Olukorrale ja tegevusele vastavate rõivaste ja
---	--	--

		jalatsite valimine. Rõivastuse täiendamine sobivate detailidega. Ehted, kosmeetika. Jalatsite hooldus. Kingakreemide valik vastavalt jalatsi värvile, jalatsite puhastamine. Kingsepp. Kaaslaste abivajaduse märkamine ja abi osutamine.
--	--	---

9.3.16 Teema: Rõivastus ja selle hooldus soovitusliku õppesisu õpitulemused

I arengutase	II arengutase	III arengutase
1) kasutab koostegevuses talle antud töövahendeid; 2) püsib suunamisel lühiajaliselt tööprotsessis ja viib alustatud töö koostegevuses lõpuni; 3) märkab, et riided ja jalatsid on määrdunud; 4) valib koostegvuses ilmale vastava riietuse ja jalatsid; 5) leiab koostegevuses erinevatelt esemetelt ja pakenditelt tingmärke; 6) täidab koostegevuses hügieeni- ja ohutusnõudeid; 7) võtab vastu abi.	1) kasutab tööülesannete täitmiseks tuttavaid töövahendeid; 2) viib suunamisel alustatud töö lõpuni; 3) täidab talle antud tööülesande ühe osana ühistööst; 4) jälgib oma riiete ja jalanõude puhtust; 5) peseb käsitsi väikeseid riideesemeid; 6) peseb kummijalanõusid; 7) paneb pesu kuivama, kuivatab jalanõusid; 8) valib suunamisel tööks vajaliku riietuse; 9) valib suunamisel riietumiseks ilmale ja sündmusele vastava riietuse ja jalatsid; 10) leiab suunamisel erinevatelt esemetelt ja pakenditelt tingmärke, teab nende tähendust;	1) teeb õpitud jõukohaseid majapidamistöid; 2) valib töö tegemiseks vajalikud töövahendid ja kasutab neid; 3) viib alustatud töö lõpuni; 4) osaleb võimetekohaselt ühistöös; 5) loeb lihtsaid skeeme ja jooniseid esemetelt ja pakenditelt ning oskab nende järgi tegutseda; 6) peseb pesu automaatpesumasina; 7) triigib pesu; 8) paigutab triigitud pesu panipaika; 9) õmbleb nõöbi, parandab õmbluse; 10) hooldab jalanõusid; 11) valib tegevusele ja olukorrale vastava

	11) täidab meeldetuletamisel hügieeni- ja ohutusnõudeid; 12) märkab enda abivajadust tööülesannete täitmisel ja küsib abi.	tööriietuse ja jalatsid; 12) valib riietumiseks ilmale ja sündmusele vastava riietuse ja jalatsid; 13) täidab hügieeni- ja ohutusnõudeid erinevate õpitud tööde juures; 14) abistab suunamisel teisi jõukohaste tööülesannete täitmisel.
--	---	---

9.3.17 Teema: Haljastustööd. Aiandus soovituslik õppesisu

I arengutase	II arengutase	III arengutase
Elus ja eluta loodus. Õppekäik lillepoodi, aianduspoodi. Toataimed. Toataimed eest hoolitsemine koostegevuses: kastmine, närbunud lehtede äravõtmine, tolmu pühkimine. Lõikelilled vaasis. Koostegevuses närbunud lillede äraviskamine, vee vahetamine vaasis. Lillede korjamine, kimpude tegemine. Aiatööriistade nimetused ja funktsioon. Aiatööde nimetused. Koostegevuses hooajalistes aiatöödega tutvumine: lehtede riisumine, lume lükkamine, seemnete külvamine, taimede kastmine, saagi koristamine. Õppekäigud tallu, linnaaeda. Talgud kooli aias.	Taime osad: juur, vars, lehed, õied, seemned, viljad. Taimede areng seemnest. Üheaastased taimed, nende elutsükkel. Taime eluks vajalikud komponendid: toit (muld), vesi, valgus, soojus (päike). Toataimede eest hoolitsemine verbaalsel suunamisel. Koostegevuses toataimede ümberistutamine. Koostegevuses klassis seemnete külvamine ja taimede kasvatamine. Sügisestes, talvistes ja kevadistes aiatöödes osalemine. Koostegevuses taimede istutamine. Peenramaa ettevalmistamine: verbaalsel suunamisel maa kaevamine, kobestamine.	Toataimede kasvatamine: valgus, temperatuur, niiskus. Toataimede kasutamine ruumide kujundamisel. Toataimed kui õhupuhastajad. Ühe- ja mitmeaastased taimed. Köögilvilja – ja lilletaimede ettekasvatamine. Kaevamine, külvamine, istutamine, kastmine, rohimine, kõplamine. Saagi koristamine aias, põllul, metsas. Puude ja põõsaste istutamine. Toataimede ümberistutamine. Luuaga pühkimine. Prahi äravedu. Puistematerjali puistamine libedatele teedele. Pinkide, aia värvimine.

Koostegevuses pildimaterjali abil lihtsate tööskeemide koostamine, lugemine ja järgimine. Õue- ja aiatööriistade ohutu kasutamine koostegevuses. Töökinnaste kasutamine suunamisel. Hügieeninõuete täitmine suunamisel. Abi vastuvõtmine, abi osutamisel tööprotsessis püsimine.	Enamlevinud ravimtaimed: kasvatamine, korjamine ja kasutamine. Koostöös muru niitmine. Muru riisumine. Lehtede riisumine, äravedu. Lume koristamine lumelabidaga. Puu- ja aedviljade kasvatamine (seeme, taim, vili). Puu- ja aedviljade säilitamine, hoidistamine. Marjad: söödavad ja mürgised marjad. Marjade säilitamine (külmutamine, kuivatamine). Hoidised. Kogukonnaüritustel koostegevuses osalemine: koristustööd Maailmakoristuspäev, Teeme ära!, talgud koolis vms. Aiatööde kavandamine koostegevuses, tööplaani koostamine kas piltide alusel või kirjalikult. Tööde täitmine suunamisel vastavalt plaanidele. Õue- ja aiatööriistade ohutu kasutamine. Töökinnaste kasutamine. Hügieeninõuete täitmine. Enda abivajaduse märkamine ja abi küsimine.	Töötamine aedniku abilisenä. Tööd pargis. Muru niitmine. Niiduki ja trimmeri ohutu kasutamine. Metsatööd. Kogukonnaüritustel osalemine: koristustööd Maailmakoristuspäev, Teeme ära!, talgud koolis vms. Piltjuhised ja märgid taimede seemnete ja sibulate pakenditel. Juhiste lugemine, tõlgendamine, juhistele vastavalt taimede kasvatamine. Peenra kujundamine. Aiatööde kavandamine, tööplaani koostamine kas piltide alusel või kirjalikult. Tööde täitmine vastavalt plaanidele. Ohutus- ja hügieeninõuete teadmine ja täitmine. Kaaslaste abivajaduse märkamine ja abi osutamine.
---	--	---

9.3.18 Teema: Haljastustööd. Aiandus soovitusliku õppesisu õpitulemused

I arengutase	II arengutase	III arengutase
1) täidab koostegemisel jõukohaseid ülesandeid korrapidamis- ja majapidamistöodes; 2) kasutab koostegevuses talle antud töövahendeid; 3) osaleb suunamisel lühiajaliselt ühistöös; 4) riietub suunamisel tööks vajalikku riietusse; 5) täidab koostegevuses tööülesandeid, täites hügieeni- ja ohutusnõudeid; 6) osaleb koostegevuses töö planeerimisel, jälgib ja järgib suunamisel töö piltplaani; 7) võtab vastu abi.	1) teeb meeldetuletamisel õpitud korrapidamis- ja majapidamistöid; 2) kasutab tööülesannete täitmiseks tuttavaid töövahendeid; 3) viib suunamisel alustatud töö lõpuni; 4) täidab talle antud tööülesande ühe osana ühistööst; 5) osaleb jõukohastes aiatöodes. 6) valib suunamisel tööks vajaliku riietuse; 7) täidab meeldetuletamisel hügieeni- ja ohutusnõudeid; 8) koostab, jälgib ja järgib suunamisel töö visuaalset plaani; 9) märkab enda abivajadust tööülesannete täitmisel ja küsib abi.	1) valib töö tegemiseks vajalikud töövahendid ja kasutab neid; 2) viib alustatud töö lõpuni; 3) abistab suunamisel teisi jõukohaste tööülesannete täitmisel; 4) osaleb võimetekohaselt ühistöös; 5) teeb juhendamisel lihtsamaid töid õues ja aias; 6) valib tegevusele ja olukorrale vastava tööriietuse ja jalatsid; 7) täidab hügieeni- ja ohutusnõudeid erinevate õpitud tööde juures; 8) loeb lihtsaid skeeme ja jooniseid esemetelt ja pakenditelt ning oskab nende järgi tegutseda; 9) koostab, jälgib ja järgib töö plaani; 10) küsib vajaduse korral abi ülesande täitmiseks.

9.3.19 Teema: Käsitöö soovituslik õppesisu

I arengutase	II arengutase	III arengutase
Looduslikud ja tehismaterjalid. Looduslike materjalide korjamine. Tutvumine erinevate looduslike- ja tehismaterjalidega.	Looduslikud ja tehismaterjalid. Looduslike ja tehismaterjalide eristamine suunamisel. Erinevad kangad, lõngad, niidid jms.	Looduslikud ja tehismaterjalid. Looduslike ja tehismaterjalide eristamine Tikkimisiiniitide (mulinee, iirislõng, puuvillane lõng)

Meisterdamine looduslikest materjalidest ja olmejääkidest. Kääride kasutamine koostegevuses tekstiilmaterjalide lõikamisel. Lõnga ja paela lõikamine. Lõngapildi kleepimine. Riideribade kleepimine. Ohutusnõuded kääride ja liimi kasutamisel. Koostegevuses tööpaiga korrashoid ja koristamine töö lõpetamisel.	Taaskasutuse põhimõtetega tutvumine. Käsitööd olmejääkidest. Riideribade lõikamine. Õmblemine. Nõela niidistamine. Sõlme tegemine. Traageldamine. Kahe auguga nõöbi õmblemine. Tikkimine. Punkteerimine erinevatel materjalidel. Lõngapildi (mustri) tikkimine papile orientiiride järgi. Eelpiste, narmastamine (linik). Raamil ja telgedel kudumine. Raamil kudumine verbaalsel suunamisel. Kaltsuvaiba materjali ettevalmistamine. Koostegevuses telgedel kaltsuvaiba kudumine. Viltimine. Märgviltimine. Punumine. Lõnga kerimine, sõlmimine, lõngast tuttide ja tupsude valmistamine. Punatud paelad: paela keerutamine, palmik. Paela sõlmimine. Ohutusnõuded nõela, naaskli, kääride, telgede jms käsitlemisel. Verbaalsel suunamisel tööpaiga korrashoid ja selle koristamine töö lõpul. Õpetaja abistamine töövahendite jagamisel ja kokkukorjamisel.	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. Kangast ribade ja lihtsate kujundite lõikamine. Õmblemine. Nõöbi õmblemine. Nööpide sobitamine vastavalt tekstiili värvusele ja nõöpaugu suurusele. Õmbluste parandamine, sokkide nõelumine. Õmblemine käsitsi ja masinaga. Elektriline ja käsiõmblusmasin. Lapitehnika. Aplikatsioonid. Tikkimine. Riide lõngade loendamine, niidi kinnitamine töö alguses, keskel ja lõpus. Üherealised tarbe- ja kaunistuspistid. Mustri kandmine riidele. Kaherealiste pistete tikkimine. Töö viimistlemine. Raamil ja telgedel kudumine. Raamil ja telgedel kootud tarbeesemed: vaibad, padjad, sallid jms. Kudumine, viimistlemine. Abistamine kanga rakendamisel. Viltimine. Mär- ja nõelviltimine. Tarbeesemete valmistamine. Punumine. lipsu sidumine. Punatud paelad: erinevad tehnikad. Makramee lihtsamad
--	---	---

		sõlmed. Tarbeesemete valmistamine. Heegeldamine. Heegelnõela ja materjali omavaheline sobitamine, heegelnõela käsitlemine. Põhisilmuste (alg-, ahel- ja kinnissilmus) heegeldamine, tingmärgid. Edasi-tagasi heegeldamine. Heegeldustöö viimistlemine. 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 mahakudumine. Kudumi viimistlemine. Ohutusnõuded tööriistade kasutamisel. Tööpaiga korrashoid ja selle koristamine töö lõpul.
--	--	--

9.3.20 Teema: Käsitöö soovitusliku õppesisu õpitulemused

I arengutase	II arengutase	III arengutase
1) on tutvunud looduslike- ja tehismaterjalidega; 2) lõikab ja kleebib abiga erinevaid materjale; 3) tegutseb koostegemisel tuttava töövahendiga; 4) järgib koostegemisel tööpaiga korrashoidu;	1) tunneb erinevaid käsitöömaterjale; 2) kasutab juhendamisel õpitud käsitöö tehnikaid; 3) jälgib tööpaiga korrasolekut; 4) käsitleb ohutult tuttavaid töövahendeid; 5) järgib meeldetuletamisel ohutusnõudeid.	1) tunneb ja oskab kasutada erinevaid materjale käsitöö valmistamisel; 2) teeb juhendamisel praktilise väärtusega käsitööd kasutades erinevaid õpitud käsitöö tehnikaid; 3) korrastab iseseisvalt tööpaiga; 4) teab ja järgib põhilisi ohutusnõudeid

5) järgib koostegemisel ohutusnõudeid.		mehaaniliste ja elektriliste tööriistade kasutamisel.
--	--	---

9.3.21 Teema: Puidutöö soovituslik õppesisu

I arengutase	II arengutase	III arengutase
Looduslikud materjalid ja tehismaterjalid. Looduslike materjalide korjamine. Tutvumine erinevate looduslike- ja tehismaterjalidega. Meisterdamine looduslikest materjalidest ja olmejääkidest. Okste korjamine, kimbu valmistamine. Erinevatest materjalidest detailide, sh okste, käbide, puidutükkide jms liimimine alusele. Loodusliku materjali (käbid, tõrud , oksad jms) võrdlemine põhimõttel suurem-väiksem, pikem-lühem. Okste murdmise kindla pikkusega tükkideks. Erinevad haamri- ja toksimismängud. Naelakeste löömine puust haamriga korkalusele. Purgikaante, pudelikorkide jma kinni ja lahtikeeramine. Karvatraadi painutamine. Ohutusnõuete järgmine koostegemises. Koostegemises tööpaiga korrashoid ja koristamine töö lõpetamisel.	Looduslikud materjalid ja tehismaterjalid. Looduslike ja tehismaterjalide eristamine suunamisel. Erinevate materjalide leidmine ümbritsevast keskkonnast. Tutvumine erinevate puitmaterjalidega (saematerjal, vineer, liimpuit). Okste painutamine, lihtsa korvi valmistamine. Puiduliimi kasutamine. Liimliidete valmistamine koostegemises. Mõõõtmine ja märkimine. Pliiatsi ja erinevate šabloonide kasutamine joonise märkimisel materjalile. Saagimine koostegemises. Puurmasinaga puurimine koostegemises. Lihvimine. Sobiva karedusega lihvpaberi leidmine abiga. Lihvimine verbaalsel suunamisel. Naelliidete valmistamine. Naelliidete valmistamine abiga (nael osaliselt ette löödud). Kruviliidete valmistamine. Kruviliidete valmistamine abiga (puidukruvi osaliselt ette	Looduslikud materjalid ja tehismaterjalid. Erinevate materjalide eristamine ja tundmine: puitmaterjalid (saematerjal, vineer, liimpuit), liimid, lakid, värvid, traadid. Vitspunutised. Liimliidete valmistamine Puidu liimimine iseseisvalt või vähese abiga. Tehismaterjalide liimimine abiga. Mõõõtmine ja märkimine Pliiatsi ja erinevate šabloonide kasutamine joonise märkimisel materjalile. Joonlaua ja nurgiku kasutamine abiga või iseseisvalt. Saagimine abiga või iseseisvalt. Puurimine. Puuri kinnitamine puurmasina padrunisse. Puurmasinaga puurimine iseseisvalt või vähese abiga. Viilimine Viilide ja rasplite iseseisev kasutamine. Lihvimine Sobiva karedusega lihvpaberi leidmine ja lihvimine iseseisvalt või vähese suunamisega. Naelliidete valmistamine Naelliidete

	keeratud). Kruviliidete lahutamine. Konstruktorite kokkupanek (kruvide, mutrite ja seibide ühendamine). Lihtsad traaditööd. Käsitöötraadi painutamine, lõikamine. Ohutusnõuete järgimine verbaalsel suunamisel erinevate tööriistadega töötamisel. Verbaalsel suunamisel tööriistade ja vahendite leidmine klassist ja nende säästlik kasutamine. Vajalike koristusvahendite leidmine klassist, nende kasutamine verbaalsel suunamisel.	valmistamine iseseisvalt või vähese abiga. Kruviliidete valmistamine Kruviliidete valmistamine iseseisvalt või vähese abiga. Traadi töötlemine Vask-, teras- või alumiiniumtraadi lõikamine ja painutamine. Puidu ehistööd. Põleti kasutamine. Lakkimine ja värvimine Lakkide ja värvide kasutamine vähese abiga, vajalike vahendite (pintslid, anumad) ettevalmistus ja puhastamine. Ohutusnõuete järgimine erinevate tööriistadega töötamisel. Tööriistade ja vahendite leidmine klassist ja nende säästlik kasutamine. Vajalike koristusvahendite leidmine klassist, nende kasutamine.
--	---	--

9.3.22 Teema: Puidutöö soovitusliku õppesisu õpitulemused

I arengutase	II arengutase	III arengutase
1) on tutvunud erinevate materjalidega; 2) püsib suunamisel lühiajaliselt tööprotsessis ja viib alustatud töö koostegevuses lõpuni; 3) kasutab koostegevuses talle antud töövahendeid; 4) liimib koostegevuses alusele erinevaid materjale; 5) järgib koostegevuses hügieeni- ja	1) tunneb ja eristab erinevaid materjale; 2) viib suunamisel alustatud töö lõpuni; 3) kasutab materjale ja tuttavaid tööriistu sihipäraselt; 4) kasutab puidu töötlemiseks abiga lihtsamaid töövõtteid; 5) teab ja järgib meeldetuletamisel õpitud hügieeni- ja ohutusreegleid;	1) eristab ja oskab kasutada erinevaid puitmaterjale; 2) viib alustatud töö lõpuni; 3) valib puidu töötlemiseks vajalikud töövahendid ja kasutab neid; 4) kasutab puidu töötlemiseks lihtsamaid töövõtteid;

ohutusnõudeid; 6) eristab suunamisel prügi vajalikest esemetest ja viib prügikasti.	6) korrastab verbaalsel suunamisel töökoha ja töövahendid; 7) sorteerib juhendamisel prügi, on suunamisel säästlik ja taaskasutav.	5) osaleb võimetekohaselt ühistöös; 6) abistab suunamisel teisi jõukohaste tööülesannete täitmisel; 7) täidab hügieeni- ja ohutusnõudeid erinevate õpitud tööde juures; 8) korrastab töökoha ja töövahendid; 9) on säästlik ja taaskasutav.
--	---	---

10. Liikumisõpetus

Liikumisõpetus kaudu arendatakse üldmootorikat ja koordinatsiooni, kujundatakse eneseteeninduse ja sotsiaalseid oskusi. 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.

Harjutusi sooritatakse vastavalt õpilase arengule

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

Oskuste omandamist toetab samalaadsete harjutuste pidev kordamine, muutes harjutuste rütmi ja tempot. Üldkehalisi harjutusi sooritades õpetatakse tunnetama oma keha, suunatakse liigutusi; arendatakse jõudu, vastupidavust, osavust. Soovitav on lülitada tundi spetsiaalseid rühiharjutusi. Õpilaste juhendamisel arvestatakse laste suutlikkust tegutseda eeskuju, näidise või suulise korralduse alusel. Sobivate

õppemeetoditega innustatakse õpilasi arendama oma kehalisi võimeid, süvendama regulaarset aktiivset kehalist liikumist. Jõukohaste harjutuste valik võimaldab õpetada õpilasi lõõgastuma ja liikumisest rõõmu tundma. Liikumisõpetuse tundides pööratakse tähelepanu õpilaste sportliku riidetuse ning isikliku hügieeni nõuete võimalikult iseseisvale täitmisele. Liikumisõpetuse tundides tutvustatakse Eesti ja maailma spordisündmusi, osaletakse eri- või paraolümpialiikumises ja suunatakse sportliku meelisharrastuse valikut. Mõõduka intellektipuudega laste füüsiline areng on väga ebaühtlane ja liikumisõpetust saab tulemuslikult läbi viia ainult juhul, kui arvestatakse maksimaalselt õpilaste individuaalseid iseärasusi.

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.

Waldorfpedagoogikas võib liikumisõpetus esimesel kahel kooliaastal tunniplaanis esineda veel mängutunnina. Esikohal on eelkõige eesti vana kultuuripärand: laulu-, ring-, liikumis- ja osavusmängud. Õpetaja seostab kehalise liikumise fantaasiaküllaste kujutluspiltidega, mida antakse edasi juttude, laulmise ja rütmilise kõnega. Selline tegevus loob silla siseelamuse ja välise liikumise vahel. Põhielemendiks ning liikumiste alg- ning lõpppunktiks on ring. Tundide ülesandeks on toetada laste loomupärast liikumisaktiivsust, andes sellele eakohase vormi. Kujundatakse õpilaste oskust kuulata, jälgida ja täita lihtsamaid korraldusi ning järgida korraharjumusi, õpetatakse last oma keha tunnetama, ruumis orienteeruma. Harjutusi sooritatakse koostegEVuses ja matkides näidise ja lihtsa instruksiooni järgi. Õpilasi suunatakse muutma liigutuste rütmi ja tempot. Oskuste omandamist toetab samalaadsete harjutuste pidev kordamine. Õpilaste tegevust verbaliseerib õpetaja. Võimalikult palju liigutakse vabas looduses, ronitakse, hüpatakse, ületatakse takistusi, käiakse jalutamas. Talvel on loomulikeks õuesoleku-tegevusteks kelgutamine, suusatamine, uisutamine, mängud lumega.

9. eluaasta paiku muutub ümbritseva maailma tunnetus – maailmast, mida varem endastmõistetavalt kogeti “kaasilmana”, saab nüüd “ümbritsev maailm”. Liikumisõpetus saab selles eas vahendada julgust ümbritseva uurimiseks. Sobivad mängud, kus saab nõ laia maailma joosta ning hiljem turvalisse “koju” naasta. Hinge- ja fantaasiaseosed liikumisega on endiselt olulised. Jätkuvad fantaasiarikas mäng ning osavusharjutused. Ei tehta veel individuaalset tööd mingi kindla harjutusega. Olulised on õpilase sotsiaalsel arengut toetavad harjutused. Mängudele ringjoonel lisanduvad paarisharjutused ja meeskonnamängud. Suureneb üksiku mängija osatähtsus grupimängudes. Oluline on koostöö harjutamine, teistega arvestamine, kaaslase abistamine, õpilase sotsiaalset arengut toetavad harjutused. Esimese kahe klassi tegevusele lisandub rakendusvõimlemine ehk mäng võimlemisriistadest maastikul. Ruumi paigutatud võimlemisriistad on vahendiks fantaasiamaastiku läbimisel, nt varbseinal tuleb ronida läbi džunglipuude latvade, rõngaste abil ületada ohtlik jõgi jne. Seeläbi rakendub waldorfpedagoogika tundeid ja tahet ühendav printsiip. Konkreetseid võimlemisriistadega seotud tehnikaid ei õpetata.

Teine kooliaste hõlmab suurt arengusammu lapsest eelpuberteeti. Kuni 5. klassini on rütmilisel sõnal endiselt tähtis, harmoniseeriv roll. Laps peab saama kogu oma olemusega liikumises osaleda. Jätkub mäng võimlemisriistadest maastikul. 5. klassis toimub sammsammult üleminek mängult harjutustele. Õpilast suunatakse oma tegevust elementaarselt kommenteerima. Jõutakse individuaalse harjutamiseni. 5. klassis võib kehalisel kasvatusel olla seos Vana-Kreeka olümpiamängudega, kus vanu olümpiaalasid harjutatakse mänguliselt. Kujundatakse oskus ja harjumus kontrollida oma keha, selle asendit ja liigutusi. Toimub sobimatute liigutusstereotüüpide muutmine või asendamine. Tegeletakse eri kehaosade motoorika koordineerimisega. Tuttavaid ja jõukohaseid tegevusakte sooritab õpilane iseseisvalt.

Kolmandal kooliastmel jõuavad õpilased läbi murdeea n.ö. „maa peale”. Seda tunnet iseloomustab raskuse ja kindluse kehaline kogemine. Vastavate harjutustega luuakse tasakaal tunnetatava raskuse ning liikumise kerguse vahel. Noor inimene peab õppima raskusest oma jõudu pingutades üle saama. Harjutusi kasutatakse individualiseerimisvahendina. Sooline diferentseerumine soovib ka kehalise kasvatuses tunde sisu diferentseerimist poistel ja tütarlastel. Noormeestel tõuseb esiplaanile jõu harjutamine, tütarlapsed tegelevad rohkem vormitud, ka tantsuliste liikumistega. Tantsuharjutuste puhul otsustab õpetaja, lähtuvalt tantsude iseloomust, erinevate sugupoolte kaasamise. Harjutuste õppimisel ja sooritamisel tõstetakse õpilaste iseseisvust. Kujundatakse liigutusstereotüüpe ja varieeritakse neid tegevusest ja tingimustest sõltuvalt. Kujundatakse oskust ja harjumust kontrollida oma kehaasendit ja liigutusi. Õpilased hakkavad liigutusi teadlikult järjestama osatoimingute ahelast lähtudes. Olulised on sotsiaalset ja emotsionaalset arengut toetavad harjutused. Õpilast õpetatakse täitma mitmeosalisi korraldusi, suunatakse õpitud oskusi iseseisvalt rakendama, oma tegevust planeerima ja kontrollima (tegevusega kaasnev ja järgnev suunatud kommenteerimine, tuttava tegevuse planeerimine). Tähelepanu pööratakse tahtemoomaduste (sihikindlus, julgus, visadus, püsivus, enesevalitsemine, iseseisvus, algatusvõime jne) kujundamisele. Kolmandal kooliastmel, kui mängud lähevad üle sportmängudeks, on sobiv aeg spordieetika teadvustamiseks: aus võistlus, võistlusreeglitest kinnipidamine, vastase austamine jne

I kooliaste (1.–3. klass) / mängutunni ja liikumise põhimõtted

- Keskne on eesti vana kultuuripärand: laulu-, ring-, liikumis- ja osavusmängud.
- Liikumine seotakse lugude, laulude ja rütmilise kõnega.
- Luuakse seos siseelamuse ja välise liikumise vahel.
- Liikumise alg- ja lõppvormiks on ring.
- Toetatakse lapse loomulikku liikumisvajadust.
- Õpitakse kuulama, jälgima ja täitma lihtsaid korraldusi.
- Arendatakse keha tunnetamist ja ruumis orienteerumist.
- Harjutusi tehakse koos ja matkides.

- Õpitakse muutma liigutuste rütmi ja tempot.
- Oskusi kinnistatakse kordamise kaudu.
- Õpetaja verbaliseerib tegevusi.
- Palju liigutakse looduses: ronimine, hüppamine, takistuste ületamine, jalutamine.
- Talvised tegevused: kelgutamine, suusatamine, uisutamine, lumemängud.

9. eluaasta paiku / maailma avastamise etapp

- Laps hakkab maailma tajuma eraldiseisva „ümbritseva maailmana”.
- Liikumisõpetus toetab julgust maailma uurida.
- Olulised on mängud, kus liigutakse „kodust välja” ja tagasi.
- Säilivad fantaasia ja hingeseosed liikumisega.
- Jätkuvad fantaasiamängud ja osavusharjutused.
- Individuealseid tehnilisi harjutusi veel ei rõhutata.
- Keskne on sotsiaalne areng ja koostöö.
- Lisanduvad paaris- ja meeskonnamängud.
- Suureneb üksiku mängija roll grupis.
- Õpitakse kaaslastega arvestama ja neid abistama.
- Lisandub rakendusvõimlemine ehk „mäng maastikul”.
- Võimlemisriistu kasutatakse kujutlusliku keskkonna loomiseks.
- Tehnilisi võimlemisvõtteid eraldi ei õpetata.

II kooliaste (4.–6. klass)

- Toimub areng lapseeast eelpuberteedi.
- Rütmilisel sõnal on jätkuvalt harmoniseeriv mõju.
- Laps osaleb liikumises kogu olemusega.
- Jätkub mänguline liikumine võimlemisriistadel.
- 5. klassis algab üleminek mängult harjutustele.
- Õpilane õpib oma tegevust kommenteerima.

- Kujuneb individuaalne harjutamine.
- Võib käsitleda Vana-Kreeka olümpiamänge mängulises vormis.
- Areneb keha kontrollimise oskus ja kehahoiak.
- Muudetakse sobimatuid liigutusmustreid.
- Arendatakse koordineerimist.
- Tuttavaid tegevusi tehakse iseseisvalt.

III kooliaste (7.–9. klass)

- Murdeea jooksul kujuneb tugevam kehaline enesetunnetus.
- Õpitakse tasakaalustama raskust ja liikumise kergust.
- Arendatakse tahtejõudu ja pingutamisoskust.
- Harjutused muutuvad individualiseeritumaks.
- Arvestatakse poiste ja tüdrukute erineva arenguga.
- Poistel rõhutatakse rohkem jõuharjutusi.
- Tüdrukutel rohkem vormi- ja tantsulisi liikumisi.
- Suureneb õpilaste iseseisvus harjutamisel.
- Õpitakse liigutusi teadlikult järjestama.
- Arendatakse kehaasendi ja liigutuste kontrolli.
- Toetatakse sotsiaalset ja emotsionaalset arengut.
- Õpitakse täitma mitmeosalisi korraldusi.
- Õpilane planeerib ja kontrollib oma tegevust.
- Kujundatakse tahtemoadusi: sihikindlus, julgus, visadus, püsivus, enesevalitsemine, algatusvõime.
- Sportmängude kaudu õpetatakse spordieetikat:
 - aus võistlus,
 - reeglitest kinnipidamine,
 - vastase austamine.

10.1 Üldpädevuste kujundamine liikumisõpetuse aines

Toimetulekuõppes käsitatakse pädevust kui **õpilase võimetekohast teadmiste, oskuste ja hoiakute kogumit**, mis võimaldab tal erinevates tegevustes ja elusituatsioonides toime tulla. Pädevus kujuneb järjepideva juhendatud praktilise tegevuse kaudu.

Liikumisõpetuse 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

- Õpitakse tajuma ennast ja ümbritsevat keskkonda.
- Kujuneb minapilt ja arusaamine oma kehast ning liikumisvõimalustest.
- Areneb positiivne suhtumine iseendasse ja kaaslastesse.
- Saadakse kogemusi liikumis-, spordi- ja tantsutraditsioonidest.
- Mõistetakse liikumise seoseid erinevate kultuurivaldkondadega.

Sotsiaalne ja kodanikupädevus

- Õpitakse arvestama enda ja rühma huvidega.
- Harjutatakse käitumist vastavalt olukorrale ja kokkulepitud reeglitele.
- Õpitakse järgima mängureegleid ja ohutusnõudeid.
- Areneb oskus mõista enda ja kaaslaste emotsioone.
- Õpitakse oma käitumist reguleerima.

Enesemääratluspädevus

- Kujuneb arusaamine iseendast ja kaaslastest.
- Õpitakse mõistma ja aktsepteerima eripärasid.

- Areneb positiivne suhtumine iseendasse, kaaslastesse, perekonda ja kodumaasse.
- Õpitakse märkama ja vältima ohtlikke olukordi.
- Kujuneb oskus abi küsida ja pakkuda.
- Toetatakse liikumisharrastuse kujunemist.
- Mõistetakse liikumise ja toitumise mõju tervisele.

Õpipädevus

- Õpilased osalevad liikumistegevuste kavandamises.
- Õpilased saavad valida sobiva liikumistegevuse ja tegeleda sellega järjepidevalt.
- Õpitakse täitma ülesandeid nii individuaalselt kui rühmas.
- Rakendatakse lugemis-, kirjutamis- ja matemaatikaoskusi liikumistegevustes.
- Õpitakse kasutama juhendeid ja liiklusmärke.
- Areneb iseseisvus ja enesekontroll.

Suhtluspädevus

- Arendatakse suhtlemisoskust erinevates olukordades.
- Õpitakse mõistma juhiseid ja mängureegleid.
- Harjutatakse soovide ja mõtete väljendamist.
- Õpitakse kaaslastega suhtlema ning abi küsima ja pakkuma.
- Toetatakse vestlustes osalemist ja oma arvamuse avaldamist.

Matemaatika-, loodusteaduste ja tehnoloogiaalane pädevus

- Rakendatakse matemaatilisi oskusi kehaliste võimete mõõtmisel.
- Kujuneb keskkonnateadlik käitumine.
- Õpitakse märkama ja hoidma loodust.
- Õpitakse kasutama erinevaid liikumisvahendeid.
- Omandatakse esmased hoolduspõhimõtted.
- Areneb tehnoloogiaalane pädevus.

Ettevõtlikkuspädevus

- Kujuneb positiivne ellusuhtumine.
- Areneb valmisolek tegutseda aktiivselt.
- Sportlik eluviis toetab distsipliini.
- Õpitakse tegutsema järjepidevalt eesmärgi saavutamiseks.

Digipädevus

- Õpitakse kasutama kehaliste näitajate mõõtmise digivahendeid.
- Tutvutakse pulsi ja südame töö jälgimisega.
- Vajadusel kasutatakse suhtlemiseks arengutasemele vastavaid digivahendeid ja kommunikaatoreid.

10.2 Liikumisõpetuse aine rõhuasetused

I arengutase	II arengutase	III arengutase
Õpilasi õpetatakse oma keha tunnetama ja ruumis orienteeruma. Vajaduse korral toimub sobimatute liigustusstereotüüpide muutmine ja/või asendamine. Õpilasi suunatakse sooritama jõukohaseid harjutusi koostegEVuses ja/või eeskuju järgi. Õppetöö läbiviimisel tuginetakse mängulisele tegevusele. Õpilasi motiveeritakse sportlikus tegevuses osalema positiivse hinnangu andmisega. Õpilast õpetatakse koostegEVuses sportimisel olulisi reegleid järgima. Õpilasel kujundatakse oskust jälgida, kuulata ja täita lihtsamaid korraldusi.	Õpilasel kujundatakse oskust ja harjumust suunamisel oma keha asendit ja liigutusi kontrollida. Õpilasi suunatakse sooritama tuttavaid ja jõukohaseid harjutusi. Õppetöös kasutatakse jätkuvalt mängulisi elemente. Õpilasi motiveeritakse sportlikus tegevuses osalema positiivse hinnangu andmisega. Sisemist motivatsiooni sportlikuks tegevuseks kujundatakse jõukohase ja huvipakkuva tegevuse kaudu. Õpilasi õpetatakse järgima sportimisega seotud reegleid, arvestama võistluslikus mängus kaaslasega. Õpilast suunatakse täitma ühe- ja kaheosalisi	Õpilasel kujundatakse oskust ja harjumust iseseisvalt kontrollida oma keha asendit ja liigutusi. Õpilasi suunatakse oma liigutusi teadlikult järjestama osatoimingute ahelast lähtuvalt. Kujundatakse liigustusstereotüüpe ja varieeritakse neid tegevusest ja tingimustest sõltuvalt. Õpilane sooritab õpitud harjutusi varieeruvates tingimustes. Õpilasi suunatakse sportlikus tegevuses osalema sisemisest motivatsioonist lähtuvalt. Õpilast suunatakse õpitud oskusi iseseisvalt rakendama, Õpilasele tutvustatakse spordieetika põhinõudeid ja suunatakse neid järgima.

Tegevust verbaliseeritakse ja/või saadetakse alternatiivsete vahenditega täiskasvanu poolt. Õpilast suunatakse koostegEVuses järgima korraharjumusi. Kujundatakse oskust riituda ja täita esmaseid hügieeninõudeid	korraldusi, oma tegevust kommenteerima. Õpilasel kujundatakse oskus täita suunamisel korraharjumusi ja hügieeninõudeid.	Õpilast suunatakse täitma mitmeosalisi korraldusi, oma tegevust planeerima ja kontrollima ning kaasnevalt ja järgnevalt kommenteerima. Õpilasel kujundatakse oskus täita iseseisvalt korraharjumusi ja hügieeninõudeid.
---	---	---

10.3 Liikumisõpetuse aine soovituslik õppesisu ja õpitulemused

10.3.1 Teema: Liikumisoskused soovituslik õppesisu

Keha- ja ruumitunnetusharjutused, rühi- ja tasakaaluharjutused: kehahoid vastavalt liikumis- ja igapäevastele tegevusele. Kehahoiu korrigeerimine koostegEVuses õpetajaga ja õpetaja suunamisel.

Tasakaalu hoidmine asendites: kehatunnetuse ja kehahoid harjutused paigal. Tasakaaluasendid erinevate kõrguste ja laiustega toepindadel. Toengud erinevate kehaosade peal. Maandumine. Rippumine.

Tasakaalu hoidmine liikumisel: kehatunnetuse ja kehahoiu harjutused liikumisel. 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 arengutase	II arengutase	III arengutase
Igapäevased tegevused. Harjutused peegli ees kehahoiu korrigeerimiseks. Harjutused sensoorteraapia-ja füsiorullpallidega. Stopp- liikumine koostegEVuses. Kiikumisharjutused. Kükitamise, kägarasend ja selles kiikumine.	Enda veeretamine. Harjutused erinevate vahenditega: võimlemiskepid, pallid, hüpits. Rippumisharjutused varbseinal. Kõnd võimlemispingil. Põlve- ja sääretõstekõnd, tagurpidi kõnd. Kombineeritud harjutused kõnni- ja jooksumudega. Stopp- liikumine	Tasakaalu arendavad liikumismängud. Jõuharjutused varbseinal. Põlve- ja sääretõstejooks. Jooks suuna muutmisega. Liikumine joonel ja pingil kasutades erinevaid kõnni- ja jooksumulle. Kombineeritud harjutused kõnni- ja jooksumulle. Stopp- liikumine harjutuskava osana.

Käte kõverdamine ja sirutamine, plaksutamine, rusikasse surumine ja avamine, kehaosade puudutamine. Sõudmine istuvas asendis. Roomamine käsi ja jalgu liigutades. Põlvedel ja neljakäpakil liikumine. Kõnd tasapinnal orientiiride järgi. Kõnd reljeefsel/erinevatest materjalidest rajal. Erinevate kõnnakute matkimine kindlas rütmis. Takistustest üleronimine. Varbseinal ronimine. Ronimine mänguväljaku treppidel ja redelitel. Ruumitaju arendavad harjutused: liikumine ravis, ringis. Venitus-, sirutus- ja lõdvestusharjutused.	mängudes. Ronimine kaldpingil. Ronimine mänguväljaku redelitel, tasakaaluradadel. Ruumitaju arendavad harjutused: verbaalsel suunamisel stardi- ja finišijoonega, väljaku piiridega arvestamine. Paarisharjutused. Venitus-, sirutus- ja lõdvestusharjutused.	Ronimine mänguväljaku redelitel, tasakaaluradadel, Slackline lindil. Ronimine ronimisseinal. Ruumitaju arendavad harjutused: stardi- ja finišijoonega ning väljaku piiridega arvestamine, hooga kaugushüpe, pallivise. Paaris – ja rühmaharjutused. Kombineeritud võimlemisharjutused. Venitus-, sirutus- ja lõdvestusharjutused.
---	--	---

Edasiliikumisoskused

Kõnni- ja jooksuoskus: kõnni-, jooksuharjutused ja - mängud. Kõnni ja jooksusammudel põhinevad tantsumängud ja tantsud. Kõndimine ja jooksmine sise- ja välistingimustes (sh erinevat tüüpi maastikul). Matk või õppekäik linna- või looduskeskkonnas.

I arengutase	II arengutase	III arengutase
Kõnd tasapinnal orientiiride järgi. Kõnd reljeefsel/erinevatest materjalidest rajal. Kõnd kallakust üles ja alla. Kõnd treppidest üles ja alla. Erinevate kõnnakute matkimine. Jooks rahulikus tempos. Õppekäigud ja matkad kooli lähiümbrusesse.	Kõnd treppidest üles ja alla. Kõnd erinevatel maastikel. Kõnd võimlemispingil. Põlve- ja sääretõstekõnd, tagurpidi kõnd. Jooksuasend, jooksuliigutused, jooks erinevas tempos. Erineva pikkusega jooksuharjutused. Jooks kallakust üles.	Põlve- ja sääretõstejooks. Jooks suuna muutmisega. Kombineeritud harjutused kõnni- ja jooksusammudega. Jooksuasend, jooksu alustamine ja lõpetamine. Jooks erinevatest lähteasenditest, mitmesugused jooksuharjutused. Püstistart

	Kombineeritud harjutused kõnni- ja jooksumudega. Jooksumängud. Teatejooks. Teatevahetuse õppimine lihtsates teatevõistlustes. Õppekäigud ja matkad linnaruumis ja looduses.	koos stardikäsklustega. Võimetekohase jooksutempo valimine. Pendelteatejooks teatepulgaga. Jooks/kõnd vahelduval maastikul erinevatel aastaaegadel. Õppekäigud ja matkad linnaruumis ja looduses.
--	--	--

Hüppeoskus: hüppeharjutused. Hüppemängud. Hüppeid ja hüpakuid sisaldavad tantsud. Hüppe- ja jooksumatkarid. Hüpete kasutamine erinevates keskkondades. Hüppesaharjutused

I arengutase	II arengutase	III arengutase
Sulghüpe. Harki - kokku hüplemine	Harki- ja käärühüplemine. Sügavushüpe. Kombineeritud hüpped: hüpped ühel jalal, hüpped rööngast rööngasse, hüpped batuudil jne. Hoota kaugushüpe.	Galoppsamm. Hüpped üle takistuste. Hüplemine hüppesaga. Hoota kaugushüpe kahel jalal maandumisega. 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 arengutase	II arengutase	III arengutase
Roomamine käsi ja jalgu liigutades. Põlvedel ja neljakäpakil liikumine. Takistustest üleronimine. Takistuste alt läbi ronimine. Varbseinal ronimine. Treppist üles ja alla ronimine. Ronimine mänguväljaku treppidel ja redelitel.	Roomamine läbi tunneli. Ronimine kaldpingil. Erinevatel redelitel, treppidel üles ja alla ronimine. Ronimine mänguväljaku jõukohastel redelitel, tasakaaluradadel. Ronimine eeskujul järgi looduskeskkonnas üle	Ronimine mängu- ja spordiväljaku redelitel, tasakaaluradadel. Ronimine ronimisseinal. Ronimine looduskeskkonnas üle takistuste, ronimine kividel, puutüvedel jms

Ronimine koostegevuses looduskeskkonnas üle takistuste	takistuste, ronimine kividel, puutüvedel jms.	
--	---	--

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

I arengutase	II arengutase	III arengutase
Harjutused vees. Abivahendiga ujumine. Toimetulek ja aktsepteeritav käitumine ujulas. Isikliku hügieeni järgimine. Ohutusnõuete suunatud järgimine.	Harjutused vees. Abivahendiga ujumine. Toimetulek ja aktsepteeritav käitumine ujulas. Isikliku hügieeni järgimine. Ohutusnõuete suunatud järgimine.	Abivahenditega ja iseseisev ujumine Ujumine kui harrastus. 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 arengutase	II arengutase	III arengutase
Õpetaja tegevuse matkimine. Harjutused peegli ees. Tähelepanu- ja matkimismängud. Plaksutamine. Rütmi tekitamine kehapillil. Harjutused paaris. Liikumine ravis, ringis. Harjutused koostöölangevarju, rätikute ja lintidega. Lindude ja loomade kõnnaku ja tegevuste matkimine. Spontaansust ja liikumisrõõmu arendavad	Rütmi plaksutamine vm kehapillil tekitamine. Harjutused paaris ja rühmas. Liikumine ravis, ringis ja paarilisega kõrvuti ringjoonel. Ringmängud. Eesti traditsioonilised laulumängud paarilise valimisega. Lihtsamad tantsud õpitud tantsusammudega. Õigeaegne tantsu alustamine ja lõpetamine. Vaba tants.	Liikumine rütmis, rütmi tekitamine. Harjutused paaris ja rühmas. Tantsukujundid rühmas ja liikumine nendes. Erinevad liikumised rütmi või muusika iseloomu vaheldumisel. Laulumängud erinevates joonistes. 2–3-kombinatsioonilised lihtsamad paaritantsud. Korduvtuurilised eesti rahvatantsud ja keerukamad laulumängud. Erinevate rahvaste tantsud. Lastetantsud. Tantsulise liikumise väljamõtlemine. Lihtsa

mängud: kullimängud, laulumängud. Vaba liikumine muusika saatel.		tantsu loomine.
---	--	-----------------

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 arengutase	II arengutase	III arengutase
Spordivahenditega tutvumine. Spordivahendite sorteerimine vastavalt kasutamisviisile. Spordivahendite hoiupaika paigutamine koostegevuses	Spordivahendite erinevad kasutusvõimalused. Spordivahendite leidmine hoiupaigast ja hoiupaika paigutamine peale kasutamist. Spordivahendi hoidmisasendid. Spordivahendi hooldamine koostegevuses.	Tuttavate spordivahendite õige hoiustamine ja hooldamine suunamisel.

Vahendil liikumine: harjutused tasakaalu/ jooksu-, tõuke- ja jalgrattal. Harjutused ja mängud kelkudel. Harjutused uiskudel. Harjutused suuskadel.

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

		Uisutamine: uiskudel tasakaalu hoidmine raami abil, iseseisvalt uisutamine. 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 arengutase	II arengutase	III arengutase
Erinevate vahendite viskamine ja püüdmine: pallid, liivakotikesed, lennukid, lendpall jms. Harjutused palliga: palli hoidmine, kandmine, veeretamine, viskamine kahe käega.	Harjutused erinevate viskevahenditega: pallid, discgolfi kettad, noolemängud jms. Harjutused palliga: pallivisked ühe käega, palli löömine ja vedamine jalaga, palli ja teiste viskevahendite märkiviskamine, palli veeretamine kindla sihtmärgi suunas, palli püüdmine. Pallivise paigalt	Harjutused palliga: palli löömine kaaslasele, palli veeremise peatamine jalaga, väikese palli viskamine kaugusesse, palli/ kuuli veeretamine sihtmärgi suunas, veeretamise tugevuse reguleerimine. Viskepalli hoie, viskeliigutus. Pallivise kahesammulise hooga. Viske ja püüdmisega liikumismängud: mädamuna, rahvastepall, bowling, Bocce, discgolf jms.

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

I arengutase	II arengutase	III arengutase
Palli kukutamine käest. Palli viskamine kahe käega vastu maad.	Palli põrgatamine kahe käega. Palli põrgatamine ühe käega. Palli põrgatamine ja	Palli põrgatamine parema ja vasaku käega. Palli põrgatamine liikumisel.

	püüdmise säilitades asukohta.	Põrgatamisharjutused. 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 rekети- ja hokimängudele. Palli vedamine, löömine, peatamine, söötmine hokikepiga.

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

Vahendite abil erinevate oskuste arendamine: kehatunnetuse, koordineerimise, tasakaalu, koostöö, rütmisustunnetuse harjutused vahendite abil.

I arengutase	II arengutase	III arengutase
Harjutused erinevate vahenditega: langevarjud, lindid, raskuskotikesed, õhupallid, pallid jms. Harjutused peegli ees. Harjutused paaris.	Harjutused erinevate vahenditega: võimlemiskepid, pallid, hüpit jms. Harjutused paaris ja rühmas. Lihtsad võimlemis- ja tantsukavad. Kohandatud reeglitega pallimängud.	Harjutused erinevate vahenditega: lint, rõngas, pallid, hüpit jms. Harjutused paaris ja rühmas. Võimlemis- ja tantsukavad. Palli- jm sportmängud.

Liikumismängud.		
-----------------	--	--

Turvalisuse ja ohutu liikumise põhimõtete arvestamine: soojendus enne liikumistegevust, 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 infotahvlite märkamine, lugemine, mõtestamine.

Turvalisus vahendil liikumises: turvavarustuse kasutamine: kiiver, kaitsmed, helkur, erksavärvilised riided jne. Liiklusreeglitega arvestamine vahendil (tõukeratas, jalgratas jne) liikudes linna- või maakeskkonnas. Kaaslasega arvestamine vahendil liikumisel.

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

	meeldetuletamisel kaaslaste liikumistrajektooriga arvestamine. Oskus märgata ohtu ja pidurdada. Rattaga sõitmisel kiivri kandmine.	
--	--	--

10.3.2 Teema: Liikumisoskused soovitusliku õppesisu õpitulemused

I arengutase	II arengutase	III arengutase
1) jälgib harjutuse ette näitamist enda või teise keha peal ning seda saatvat verbaalselt ja/või alternatiivselt esitatud juhendit; 2) sooritab koostegevuses ja/või eeskuju järgi lihtsamaid keha- ja ruumitunnetusharjutusi; 3) teeb koostegevuses ja/või eeskuju järgi lihtsamaid rühi- ja tasakaaluharjutusi, korrigeerib kehahoidu õpetaja juhendamisel; 4) sooritab koostegevuses erisuunalisi liigutusi ja liigutuste ahelat 5) liigub roomates, põlvedel ja neljakäpakil; 6) ronib üle takistuste; 7) liigub vahelduvsammuga trepist üles; 8) sooritab koostegevuses ja/või eeskuju järgi lihtsamaid kõnni- ja jooksuharjutusi; 9) käib ja/või jookseb võimetekohases tempos jõukohast distantssi; 10) liigub spontaanselt muusika saatel; 11) sooritab koostegevuses ja/või eeskuju	1) jälgib harjutuse ette näitamist ning seda saatvat verbaalselt ja/või alternatiivselt esitatud juhendit; 2) sooritab õpitud keha- ja ruumitunnetusharjutusi iseseisvalt; 3) sooritab õpitud rühi- ja tasakaaluharjutusi iseseisvalt erinevate vahenditega ja erinevatel võimlemisriistadel, hoiab tasakaalu asendites ja liikumistel; 4) sooritab juhendamisel / juhendi järgi erisuunalisi liigutusi vastavalt liigutuste ahelale; 5) liigub vahelduvsammuga trepist üles ja alla; 6) sooritab õpitud kõnni- ja jooksuharjutusi iseseisvalt, kõnnib/jookseb erinevatel maastikel jõukohast distantssi; 7) loob kehapillil rütmi;	1) jälgib harjutuse verbaalselt ja/või alternatiivselt esitatud juhendit ja täidab seda; 2) sooritab varieeruvates tingimustes keha- ja ruumitunnetusharjutusi iseseisvalt, paaris või rühmas; 3) sooritab lihtsamaid kombineeritud rühi- ja tasakaaluharjutusi erinevate vahenditega ja erinevatel võimlemisriistadel; 4) sooritab mälule toetudes liigutuste ahelat; 5) sooritab varieeruvates tingimustes kõnni- ja jooksuharjutusi, kõnnib/jookseb erinevatel maastikel ja eri aastaegadel eri pikkusega distantse; 6) sooritab üheaegselt kaaslasega rütmiliikumisi; 7) sooritab iseseisvalt venitus-, sirutus- ja lõdvestusharjutusi; 8) kasutab liikumisel erinevaid spordivahendeid; 9) mängib lihtsustatud reeglite järgi õpitud

järgi venituse-, sirutuse- ja lõdvestusharjutusi; 12) osaleb lihtsates liikumismängudes; 13) kasutab tuttavaid spordivahendeid eesmärgipäraselt; 14) riietub suunamisel spordiriietesse ja täidab hügieeninõudeid; 15) järgib liikumisel ja sportimisel koostegevuses ohutusreegleid.	8) sooritab suunamisel õpitud venituse-, sirutuse- ja lõdvestusharjutusi; 9) osaleb erinevates liikumismängudes; 10) on tutvunud erinevate spordivahenditega ja oskab neid kasutada; 11) riietub verbaalsel suunamisel vastavalt ilmale ja tunni toimumise kohale, täidab hügieeninõudeid; 12) järgib meeldetuletamisel liikumisel ja sportimisel ohutusreegleid.	sportmänge, suudab kinni pidada õpitud mängureeglitest; 10) peab liikumisel ja sportimisel kinni üldistest ohutusreeglitest, valib sobivad paigad ja vahendid; 11) harrastab kindlat spordiala iseseisvalt või osaleb treeningutel.
---	---	---

10.3.3 Teema: Tervis ja kehalised võimed soovituslik õppesisu

Kehalisi võimeid arendavates mängudes ja harjutustes osalemine: kehaliste võimete (koordinatsioon, osavus, tasakaal, kiirus, paindumus, 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 arengutase	II arengutase	III arengutase
Kehatunnetust ja ruumitaju arendavad harjutused. Oma keha tajumine. Kehaosad. Rütmi tekitamine kehapillil. Rütmiharjutused liisusalmide saatel. Stopp-liikumine koostegevuses. Mängulised liikumisharjutused. Õpetaja tegevuse matkimine. Harjutused peegli ees. Tähelepanu- ja matkimismängud. Harjutused erinevate vahenditega. Lihtsad liikumisrajad.	Liikumisharjutused ja lihtsad võimlemiskavad. Liikumismängud ja lihtsustatud reeglitega sportmängud. Stopp-liikumine liikumismängudes. Vahendite kasutamine liikumis- ja sportmängudes. Liikumisradade läbimine. Tasakaaluradade läbimine. Vaba tants. Mängu- ja spordiväljakute suunatud kasutamine.	Võimlemisharjutuste ettenäitamine, lihtsate võimlemiskavade koostamine kasutades erinevaid vahendeid. Liikumis- ja sportmängud. Tantsukavades osalemine. Spordiväljakute kasutamine. Matkad ja orienteerumismängud linnaruumis ja looduses.

Kiirust, reaktsiooni, vastupidavust arendavad mängud: erinevad kullimängud jms. Vaba liikumine muusika saatel. Kiikumine, ronimine ja liulaskmine mänguväljakul. Matkad kooli lähiümbruses.	Matkad linnaruumis ja looduses. Lihtsad orienteerumismängud.	
--	--	--

Kehaliste võimete mõõtmine: koostegevuses õpetajaga toimub kehaliste võimete mõõtmine ja tulemuste seostamine tervisega.

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

Liikumise ja toitumise mõju tervisele: tervisliku toitumisharjumuse kujundamine. Teadliku liikumisharjumuse kujundamine.

I arengutase	II arengutase	III arengutase
Tervisliku ja mõõduka toidukogusega harjutamine. Toidu valiku laiendamine. Sportlikes tegevustes, sh liikumismängudes, jalutuskäikudel, matkadel osalemine.	Tervislike eluviiside suunatud järgimine ja kahjulikest harjumustest hoidumine. Tervislik ja ebatervislik toit, nende eristamine, valik. Toidupüramiidi järgi söömisoharjumuste jälgimine. Tervisliku toidutaldriku koostamine näidise alusel. Liikumise ja puhkuse vaheldumine.	Tervislik toitumine: toidupüramiid, toidukorrad – ja kogused, söömis kultuur. Taimne toit ja loomne toit. Mitmekülgne toit. Vitamiinide vajadus. Ülekaalulisus ja rasvumine - nende ohud ja ennetamise võimalused.

	Päevarežiimi vajadus ja selle hoidmine. Liikumispausides osalemine. Suunatud liikumisharjumuse kujundamine.	Tervislike eluviiside järgimine. Tutvumine erinevate sportimisvõimalustega, sport kui harrastus.
--	---	--

10.3.4 Teema: Tervis ja kehalised võimed soovitusliku õppesisu õpitulemused

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

	9) teab liikumise tähtsust inimese tervisele.	põhimõtteid.
--	---	--------------

10.3.5 Teema: Kehaline aktiivsus soovituslik õppesisu

Igapäevane kehaline aktiivsus: läbi mängu kujundatakse lastes positiivset suhtumist liikumisse. Kujundatakse igapäevast liikumisharjumust.

I arengutase	II arengutase	III arengutase
Igapäevase õppetegevuse osana koostevuses liikumismängudes, jalutuskäikudel, matkadel osalemine. Liikumispausid koolipäeva osana. Vahetundides, sh õuevahetundides läbiviidavates liikumistegevustes koostevuses osalemine. Sport kui harrastus. Liikumisringides koostevuses osalemine.	Igapäevase õppetegevuse osana suunamisel liikumis- ja sportmängudes, jalutuskäikudel, matkadel osalemine. Liikumispausid koolipäeva osana. Vahetundides, sh õuevahetundides läbiviidavates liikumistegevustes osalemine. Sport kui harrastus. Liikumis- ja spordiringides suunatud osalemine.	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.

Enesetunne liikumisel: märkab enesetunde muutust vastavalt liikumistegevusele.

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

Ohtliku olukorra märkamine sportimisel ja abi kutsumine: ohtude teadvustamine sportimisel, ohtliku olukorra märkamine ja abi kutsumine.

I arengutase	II arengutase	III arengutase
Koostevuses liikumisalaste ohutusreeglite	Verbaalsel suunamisel sportimisalaste	Õpitud sportimisalaste ohutusreeglite

järgimine. Täiskasvanu korralduste järgimine ohtlikus olukorras.	ohutusreeglite järgimine. Ohtlike olukordade suunatud märkamine ja vältimine. Enda abivajaduse märkamine liikumisel ja sportimisel ja abi palumine/ kutsumine. Lihtne esmaabi koostegevuses täiskasvanuga.	järgimine. Võimalike ohtlike olukordade märkamine ja vältimine. Enda ja kaaslaste abivajaduse märkamine sportimisel. Abi pakkumine. Abi kutsumine. Lihtne esmaabi.
---	---	---

10.3.6 Teema: Kehaline aktiivsus soovitusliku õppesisu õpitulemused

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

10.3.7 Teema: Liikumine ja kultuur soovituslik õppesisu

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

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, suusaradadel.

I arengutase	II arengutase	III arengutase
Orienteerumismängud ruumis. Kõnd tasapinnal orientiiride järgi. Kõnd reljeefsel/erinevatest materjalidest rajal. Kõnd mäest ja treppidest üles ja alla. Õppekäigud ja matkad kooli lähiümbrusesse.	Orienteerumismängud kooli hoovis. Kõnd treppidest üles ja alla. Kõnd erinevatel maastikel. Jooks kallakust üles. Õppekäigud ja matkad linnaruumis ja looduses.	Orienteerumismängud kooli lähiümbruses Jooks/kõnd vahelduval maastikul erinevatel aastaaegadel. Õppekäigud ja matkad linnaruumis ja looduses.

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

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

10.3.8 Teema: Liikumine ja kultuur soovitusliku õppesisu õpitulemused

I arengutase	II arengutase	III arengutase
---------------------	----------------------	-----------------------

1) riietub suunamisel spordiriietesse ja täidab hügieeninõudeid; 2) järgib koostegevuses liikumisalaseid ohutusreegleid; 3) kasutab edasiliikumisoskusi tuttavas keskkonnas, laulu- ja tantsumängudes; 4) osaleb tantsu ja liikumisega seotud kultuuriüritustel pealtvaataja ja osalejana; 5) jälgib harjutuse ette näitamist enda või teise keha peal ning seda saatvat verbaalselt ja/või alternatiivselt esitatud juhendit; 6) sooritab koostegevuses ja/või eeskuju järgi lihtsamaid keha- ja ruumitunnetuse harjutusi; 7) teeb koostegevuses ja/või eeskuju järgi lihtsamaid rühi- ja tasakaaluharjutusi; 8) sooritab koostegevuses erisuunalisi liigutusi ja liigutuste ahelat	1) riietub iseseisvalt vastavalt ilmale ja tunni toimumise kohale, täidab hügieeninõudeid; 2) märkab suunatult ohtlike olukordi sportimisel ja väldib neid; 3) kasutab edasiliikumisoskusi eri keskkondades, harjutustes, liikumismängudes ja tantsus, koostöös paarilise ja rühmaga; avastab liikumisvõimalusi tantsu kaudu; 4) osaleb tantsu ja liikumisega seotud kultuuriüritustel pealtvaataja ja osalejana; 5) jälgib harjutuse ette näitamist ning seda saatvat verbaalselt ja/või alternatiivselt esitatud juhendit; 6) sooritab õpitud keha- ja ruumitunnetusharjutusi iseseisvalt; 7) sooritab õpitud rühi- ja tasakaaluharjutusi iseseisvalt; 8) sooritab juhendamisel / juhendi järgi erisuunalisi liigutusi vastavalt liigutuste ahelale.	1) riietub liikumiseks sobilikult; 2) teab ning järgib isiklikku hügieeni ja ohutusnõudeid; 3) kasutab edasiliikumisoskusi eri keskkondades, harjutustes, liikumismängudes ja tantsus, rütmis ja muusika saatel, koostöös paarilise ning rühmaga; loob midagi liikumisega seotult; 4) osaleb tantsu ja liikumisega seotud kultuuriüritustel pealtvaataja ja osalejana; 5) jälgib harjutuse verbaalselt ja/või alternatiivselt esitatud juhendit ja täidab seda; 6) sooritab varieeruvates tingimustes keha- ja ruumitunnetusharjutusi iseseisvalt, paaris või rühmas; 7) sooritab lihtsamaid kombineeritud rühi- ja tasakaaluharjutusi.
--	--	--

10.3.9 Teema: Vaimne ja kehaline tasakaal soovituslik õppesisu

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). Tunnetustoas viibimine.

I arengutase	II arengutase	III arengutase
Tähelepanu- ja matkimismängud. Kehatunnetusharjutused. Venitus –, sirutus- ja lõdvestusharjutused. Tegevused tunnetustoas.	Kehatunnetus- ja hingamisharjutused. Venitus –, sirutus- ja lõdvestusharjutused.	Kehatunnetus- ja hingamisharjutused. Venitus –, sirutus- ja lõdvestusharjutused.

Emotsioonide märkamine ja reguleerimine. Õpetaja juhendamisel enda emotsioonide märkamine. Emotsioonidega toimetulemist soodustavate tegevustega tutvumine.

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

10.3.10 Teema: Vaimne ja kehaline tasakaal soovitusliku õppesisu õpitulemused

I arengutase	II arengutase	III arengutase
1) sooritab koostegevuses ja/või eeskuju järgi lihtsamaid sotsiaalset ja emotsionaalset arengut toetavaid harjutusi;	1) sooritab paaris õpitud sotsiaalset ja emotsionaalset arengut toetavaid harjutusi; 2) sooritab suunamisel õpitud sirutus- ja	1) sooritab varieeruvates tingimustes sotsiaalset ja emotsionaalset arengut toetavaid harjutusi rühmas;

2) sooritab koostegevuses ja/või eeskuju järgi sirutus- ja lõdvestusharjutusi; 3) märkab suunamisel enda põhiemotsioone.	lõdvestusharjutusi; 3) tunneb ära oma põhiemotsioonid ja suunamisel reguleerib oma käitumist; 4) märkab ja tunneb ära kaaslaste põhiemotsioone, reageerib suunamisel neile sobivalt.	2) sooritab iseseisvalt sirutus- ja lõdvestusharjutusi; 3) kontrollib enamasti oma põhiemotsioone.
---	--	---

11. Rütmika

Rütmikas ühendatakse liikumisõpetusest 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.

Rütmikatunnid toetuvad pedagoogilisele muusikateraapiale. Tundides mängitakse muusikaõpetuses õpitud laulu- ja ringmänge, rütmipille. Kasutatakse ka teiste ainete tundides ja vaba aja tegevustes õpitud salme, rütmilisi luuletusi. Rütmikatundides õpitakse tantse ja mänge, mida esitatakse klassi- ja koolipidudel.

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

Kujundatakse hügieeni- ja korraharjumusi.

11.1 Üldpädevuste kujundamine rütmika aines

Toimetulekuõppes käsitatakse pädevust kui **võimete kohaste 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 ruumitunnetusharjutused, rühi- ja tasakaaluharjutused.
- Koordinatsiooniharjutused.
- Sotsiaalsed ja emotsionaalsed 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

- Tajub ennast ja ümbritsevat keskkonda.
- Kujundab positiivset minapilti ja arusaama oma kehast.
- Arendab positiivset suhtumist endasse ja kaaslastesse.
- Tutvub Eesti ja teiste riikide rahvalaulude ja -tantsudega.

Sotsiaalne ja kodanikupädevus

- Arvestab enda ja rühma huvidega.
- Järgib kokkulepitud reegleid ja mängureegleid.
- Ootab oma järjekorda ja arvestab teistega.
- Tunneb ja mõistab enda ning kaaslaste emotsioone.
- Õpib oma käitumist vastavalt olukorrale reguleerima.

Enesemääratluspädevus

- Kujundab arusaama iseendast ja kaaslastest.
- Mõistab ja aktsepteerib enda ning kaaslaste eripärasid.
- Kujundab positiivset suhtumist iseendasse, kaaslastesse, perekonda, klassi, kooli ja kodumaasse.
- Märgab enda ja kaaslase abivajadust.
- Oskab abi küsida ja pakkuda.
- Arendab järjepidevalt oma tantsuoskusi ja huvi tantsimise vastu.

Õpipädevus

- Osaleb jõukohaselt tegevuste kavandamises.

- Täidab jõukohaseid ülesandeid iseseisvalt.
- Tegutseb ülesannete täitmisel nii individuaalselt kui ka rühmas.

Suhtluspädevus

- Mõistab kõnet ja/või alternatiivseid väljendusvahendeid.
- Väljendab oma soove, mõtteid ja seisukohti.
- Kuulab ja järgib õpetaja juhiseid.
- Suhtleb kaaslastega erinevates olukordades.
- Küsib ja pakub abi.
- Osaleb vestlustes ja avaldab oma arvamust.

Matemaatika-, loodusteaduste ja tehnoloogiaalane pädevus

- Märkab enda ümber elus ja eluta loodust.
- Kujundab keskkonnateadlikku käitumist.
- Õpib loodust hoidma ja väärtustama.

Ettevõtlikkuspädevus

- Kujundab positiivset ellusuhtumist.
- On valmis aktiivselt tegutsema.
- Arendab distsipliini ja järjepidevust.
- Tegutseb eesmärgipäraselt kuni eesmärgi saavutamiseni.

Digipädevus

- Kasutab jõukohaseid ja arusaadavaid infotehnoloogilisi vahendeid.
- Kasutab vajadusel arengutasemele vastavat kommunikaatorit suhtlemiseks.

11.2 Rütmika aine rõhuasetused

I arengutase	II arengutase	III arengutase
Kujundatakse õpilastel oskust kuulata, jälgida, matkida, mõista ja täita lihtsamaid korraldusi laulu- ja ringmänge õppides.	Kujundatakse praktilisi koostööoskusi laulu- ja tantsumänge mängides. Õpilasi suunatakse kontrollima oma	Õpitakse tantsima lihtsaid tantse ja pidudel õpitud viisil käituma. Liikumiskavade õppimisel arvestatakse

Õpilasi õpetatakse tunnetama oma keha ja liigutusi, arendatakse ruumitaju. Õpetatakse oma liikumist ja liigutuste rütmi kohandama saatelugemisele ja muusikale. Harjutusi õpitakse koostegEVuses, matkides/eeskuju järgi.	kehaasendit. Õpitakse erisuunalisi liigutusi ja eri kehaosade liigutuste koordineerimist. Õpitud harjutusi sooritatakse vähesel suunamisel võimalikult iseseisvalt	õpilaste muusikaeelistustega. Kujundatakse oskust ja harjumust iseseisvalt kontrollida oma keha asendit ja liigutusi. Õpilane sooritab õpitud harjutusi iseseisvalt erineva muusika järgi.
--	---	---

11.3 Rütmika aine soovituslik õppesisu ja õpitulemused

11.3.1 Teema: Keha- ja ruumitunnetusharjutused, rühi- ja tasakaaluharjutused soovituslik õppesisu

I arengutase	II arengutase	III arengutase
Igapäevased tegevused. Harjutused peegli ees kehahoiu korrigeerimiseks. Harjutused sensoorteraapia- ja füsiorullpallidega. Kiikumisharjutused. Kükitamine, kägarasend ja selles kiikumine. Käte kõverdamine ja sirutamine, plaksutamine, rusikasse surumine ja avamine, kehaosade puudutamine. Sõudmine istuvas asendis. Rütmilised harjutused käte ja õlgadega. Roomamine käsi ja jalgu liigutades. Põlvedel ja neljakäpakil liikumine. Kõnd tasapinnal orientiiride järgi. Kõnd	Enda veeretamine. Harjutused erinevate vahenditega: võimlemiskepid, pallid, hüpits. Kõnd võimlemispingil. Põlve- ja sääretõstekõnd, tagurpidi kõnd. Kombineeritud harjutused kõnni- ja jooksusammudega. Stopp- liikumine mängudes. Ronimine kaldpingil. Ronimine mänguväljaku redelitel, tasakaaluradadel. Kombineeritud hüpped: hüpped ühel jalal, rõngast rõngasse, hüpped batuudil. Lihtsamate tantsuliigutuste matkimine. Liikumise kiirendamine ja aeglustamine; liikumissuuna muutmine.	Tasakaalu arendavad liikumismängud. Põlve- ja sääretõstejooks. Jooks suuna muutmisega. Liikumine joonel ja pingil kasutades erinevaid kõnni- ja jooksusamme. Kombineeritud harjutused kõnni- ja jooksusammul. Stopp- liikumine harjutuskava osana. Ronimine mänguväljaku redelitel, tasakaaluradadel, Slackline lindil. Ronimine ronimisseinal. Hüpped üle takistuste, hüplemine hüpitsaga. Kombineeritud rütmilised harjutused erinevate vahenditega. Rütmi-improvisatsioonid. Tantsusammude valik muusika järgi.

reljeefsel/erinevatest materjalidest rajal. Erinevate kõnnakute matkimine kindlas rütmis. Stopp- liikumine koostegevuses. Takistustest üleronimine. Varbseinal ronimine. Ronimine mänguväljaku treppidel ja redelitel. Ruumitaju arendavad harjutused: liikumine ravis, ringis. Kontaktliikumise harjutused, harjutused rütmi ja liisusalmide saatel. Liikumine muusika saatel. Juhendamisel lihtsamate mängu- ja tantsuliigutuste sooritamise teistega koos. Venitus-, sirutus- ja lõdvestusharjutused.	Liikumismängud. Venitus-, sirutus- ja lõdvestusharjutused.	Õpitud lihtsamate tantsuliigutuste esitamine. Iseseisva-, paaris- ja rühmatantsu erinevused. Teistega koos tantsimine. Varem õpitud harjutuste/ tantsuliigutuste meenutamine ja esitamine. Venitus-, sirutus- ja lõdvestusharjutused.
--	--	---

11.3.2 Teema: Keha- ja ruumitunnetusharjutused, rühi- ja tasakaaluharjutused soovitusliku õppesisu õpitulemused

I arengutase	II arengutase	III arengutase
1) sooritab koostegevuses ja/või eeskuju järgi lihtsamaid keha- ja ruumitunnetuse ning rühi- ja tasakaaluharjutusi; 2) sooritab koostegevuses erisuunalisi liigutusi ja liigutuste ahelat; 3) osaleb koostegevuses lihtsamates õpitud ring-, laulu- ja tantsumängudes; 4) liigub roomates, põlvedel ja neljakäpukil;	1) sooritab iseseisvalt õpitud ja jõukohaseid keha- ja ruumitunnetuse ning rühi- ja tasakaaluharjutusi; 2) sooritab juhendamisel / juhendi järgi erisuunalisi liigutusi ahelas; 3) tunneb ära õpitud harjutusi ja tegevusi saatva muusika; 4) liigub kooskõlas muusikaga;	1) sooritab rühi- ja tasakaaluharjutusi vajalikus rütmis ja tempos; 2) sooritab iseseisvalt õpitud tantsusamme, oskab ette näidata lihtsamaid tantsuliigutusi; 3) improviseerib tantsu muusika järgi; 4) oskab tantsule paluda, tantsu lõpetada.

5) kõverdab ja sirutab käsi, pigistab rusikasse, plaksutab; 6) sooritab kehatunnetusharjutusi koostegEVuses, imiteerimise, näidise, instruksiooni (verbaalne/alternatiivsete vahenditega) järgi	5) sooritab õpitud kehatunnetusharjutusi eeskuju järgi ning vajalikus rütmis ja tempos.	
--	---	--

11.3.3 Teema: Koordinatsiooniharjutused soovituslik õppesisu

I arengutase	II arengutase	III arengutase
Erinevad liikumisviisid: kõnd, jook, hüplemine. Sulghüpe. Harki - kokku hüplemine Erineva rütmis ja tempoga liikumine. Liikumine ringis. Lihtsama rütmis moodustamine. Joone juures seismine. Rütmisalade lugemine koos rütmiliste liigutustega: plaksutamine, patsutamine, trampimine. KoostegEVuses koordinatsiooniharjutused erineva rütmis ja tempoga muusika saatel. Marssimine; tantsuelemendid.	Kõnd päkkadel ja kandadel, takistuste ületamine, tagurpidi kõnd. Käte ja jalgade samaaegsed harjutused. Hüppeharjutused paigal, jalad koos, harki-kokku hüpped, hüpped üle esemete. Kombineeritud hüpped: hüpped ühel jalal, hüpped rütmis rütmis, hüpped batuudil jne. Harjutused väikeste pallidega, rütmis. Eeskuju järgi koordinatsiooniharjutused erineva rütmis ja tempoga muusika saatel. Tantsuline liikumine.	Hüppeharjutused paigal ja liikumisel. Hüplemine hüppesaga. Külgamm, galopp, juurdevõtusamm. Harjutused väikeste pallidega, kurikatega, lindiga, rütmis. Koordinatsiooniharjutused erineva rütmis ja tempoga muusika saatel. Tantsu improviseerimine muusika saatel.

11.3.4 Teema: Koordinatsiooniharjutused soovitusliku õppesisu õpitulemused

I arengutase	II arengutase	III arengutase
1) osaleb koostegEVuses rütmis ja ringjoone	1) teab oma kohta rütmis ja ringjoonel ning	1) osaleb juhendamisel erinevate

moodustamisel; 2) õpib märkama oma kohta harjutuste sooritamisel; 3) liigub erineva rütmiga ja tempoga muusika saatel; 4) liigub ringis; 5) tunneb ära erinevate harjutuste ja tegevustega kaasnevat muusikat.	suudab seda hoida tantsimisel, harjutuste sooritamisel; 2) tunneb ära õpitud harjutusi ja tegevusi saatva muusika; 3) liigub kooskõlas muusikaga; 4) sooritab õpitud koordineerimisharjutusi eeskuju järgi ning vajalikus rütmis ja tempos.	tantsujuhoniste moodustamisel; 2) improviseerib tantsu muusika järgi; 3) sooritab koordineerimisharjutusi vajalikus rütmis ja tempos.
--	--	---

11.3.5 Teema: Sotsiaalset ja emotsionaalset arengut toetavad harjutused soovituslik õppesisu

I arengutase	II arengutase	III arengutase
Harjutused peegli ees. Õpetaja tegevuse matkimine. Lindude ja loomade kõnnaku ja tegevuste matkimine. Ring-, laulu- ja tantsumängud. Kullimängud. Harjutused langevarju, rätikute ja lintidega. Ühisüritustel esinemine.	Harjutused paaris ja rühmas. Liikumine ravis, kolonnis. Laulu- ja tantsumängud, liikumiskavad. Lihtsamad tantsud õpitud tantsusammudega, sh rahvatantsud. Õigeaegne tantsu alustamine ja lõpetamine. Muusika kuulamine, lihtsamate liigutuste meenutamine ja esitamine. Kooli üritustel esinemine.	Erinevad tantsujuhoniseid. Seltskonnatantsud, liikumiskavad. Erinevate rahvaste tantsud. Õpitud tantsujuhonise meenutamine ja mälu järgi tantsimine. Tantsule palumine ja lõpetamine. Tantsule kutse vastuvõtmine või viisakas loobumine. Kaaslasele lihtsamate tantsuliigutuste näitamine / õpetamine. Diskol improviseeritud tantsimine. Käitumise reeglid diskol. Koolisisestel ja -välistel üritustel esinemine.

11.3.6 Teema: Sotsiaalset ja emotsionaalset arengut toetavad harjutused soovitusliku õppesisu õpitulemused

I arengutase	II arengutase	III arengutase
1) osaleb koostegEVuses rivi ja ringjoone moodustamisel; 2) õpib märkama oma kohta harjutuste sooritamisel;	1) teab oma kohta ravis ja ringjoonel ning suudab seda hoida tantsimisel, harjutuste sooritamisel; 2) tunneb ära õpitud harjutusi ja tegevusi	1) osaleb juhendamisel erinevate tantsujuhoniste moodustamisel; 2) sooritab iseseisvalt õpitud tantsusamme, oskab ette näidata lihtsamaid tantsuliigutusi;

3) liigub erineva rütmiga muusika saatel; 4) tunneb ära erinevate harjutuste ja tegevustega kaasnevat muusikat; 5) osaleb koostegEVuses lihtsamates õpitud ring-, laulu- ja tantsumängudes; 6) esineb koostegEVuses õpitud ringmängudega ühisüritustel; 7) sooritab sotsiaalset ja emotsionaalset arengut toetavaid harjutusi koostegEVuses, imiteerimise, näidise, instruksiooni (verbaalne/alternatiivsete vahenditega) järgi;	saatva muusika; liigub kooskõlas muusikaga; 3) osaleb laulu- ja tantsumängudes ning liikumiskavadest; 4) tunneb ära õpitud rahvatantsu ja tantsib seda kaasa; 5) esineb õpitud ring-, laulu- ja tantsumängudega ning liikumiskavadega kooli üritustel; 6) sooritab õpitud sotsiaalset ja emotsionaalset arengut toetavaid harjutusi eeskuju järgi ning vajalikus rütmis ja tempos.	3) improviseerib tantsu muusika järgi; 4) tantsib lihtsamaid rahva- ja seltskonnatantse; 5) oskab tantsule paluda, tantsu lõpetada; 6) esineb õpitud rahva- ja seltskonnatantsude ning liikumiskavadega erinevatel üritustel.
--	--	--

11.3.7 Teema: Vaimne ja kehaline tasakaal soovituslik õppesisu

I arengutase	II arengutase	III arengutase
Rahustava muusika ja puudutuselementide saatel õpitakse lõõgastuma ja tunni pinget maandama. Lõõgastav liikumine muusika saatel. Tähelepanu- ja matkimismängud. Kehatunnetusharjutused. Lihtsas jooga asendis püsimine (nt täht, kuu, koer). Lihtsamad hingamisülesanded. Sisse ja välja hingamine. Venitus –, sirutus- ja lõdvestusharjutused. Tegevused tunnetustoas. Enda põhiemotsioonide suunatud märkamise liikumistegevuste käigus individuaalses töös	Rahustava muusika saatel lõõgastumine. Kehatunnetus- ja hingamisharjutused. Juhendatud lõõgastav hingamine. Lihtsamate jooga asendite harjutamine (sild, kass, täht, puu, liblikas, uss, lind, koer, kuu). Venitus –, sirutus- ja lõdvestusharjutused. Enda emotsioonide märkamise liikumistegevustes ja sportmängudes osaledes. Oma tunnete suunamine ja väljendamine aktsepteeritaval viisil. Võit ja kaotus. Emotsioonide juhtimine suunamisel: eemaldumine, hingamisharjutused, joonistamine, stressipall jms.	Lõõgastava muusika valik, pingete maandamine. Kehatunnetus- ja hingamisharjutused. Lihtsamad lõõgastava hingamise tehnikad. Nende kasutamine koos muusikaga. Jooga asendite kasutamine pingete maandamiseks. Venitus –, sirutus- ja lõdvestusharjutused. Enda emotsioonide märkamise ja reguleerimine vastavalt olukorrale. Võit ja kaotus. Emotsioonide juhtimine erinevate õpitud tegevuste abil.

ja rühmas. Enda põhiemotsioonide reguleerimine koostegevuses mängulise tegevuse abil.	Põhiemotsioonide märkamine ja äratundmine kaaslastel.	Kaaslaste emotsioonide märkamine ja neile reageerimine aktsepteeritaval viisil, kaaslaste toetamine.
---	--	--

11.3.8 Teema: Vaimne ja kehaline tasakaal soovitusliku õppesisu õpitulemused

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

12. VALIKÕPPEAINED

Valikõppeainete eesmärk on oskuste ja teadmiste praktiline omandamine valmistamaks õpilast ette igapäeva eluülesannetega hakkama saamiseks ja vaba aja sisustamiseks. Vajadusel süvendatakse või harjutatakse üldainetes õpitut: emakeel, matemaatika, elu- ja toimetulekuõpe. Valikainete võimalikud valikud on järgmised:

Õppetegevuse põhisuunad

Käsitöö jaotub paljudeks erinevateks tegevusteks, kuid ühiseks nimetajaks on tegelemine tekstiilmaterjalidega – villa, lõnga, nõõri ja riidega. Esimestel aastatel püütakse kõikidest neist ülevaade anda, asju ise tehes. Kui selgub, et tulevane töö võiks olla just nimelt mingi käsitöö alalõik, tegeletakse sellega kooli viimastel aastate süvendatult.

Käsitöös valmistatakse esemeid nii, et õpilane saab aru, millist ülesannet tehtav asi täitma hakkab. Näiteks kududes salli, on oluline seda ka kaela proovida, lillehoidja punumisel on juba teada sobiv koht, kuhu see hiljem üles pannakse. Samuti saab õpetaja esialgu arvestada, milline töö on õpilase arenguks eriliselt vajalik, nt arendavad kudumine, käsitsi õmblemine ja heegeldamine eriliselt kontsentratsioonivõimet ja käte omavahelist koostööd, värvirõõmus kangaste kujundamine ja viltimine aga ergutab fantaasiat elavamaks ning ka tööprotsess arendab sujuvust. Selgub samuti, milline töö peaks teisele eelnema, nt nõõriga punumine võib olla heaks eelduseks peenemale, nõõlaga õmblustööle.

12.1 Õmblemine

Võimalik õppesisu õmblemises:

- Õpitakse tundma erinevaid kangaid ja valima, milline on vastava töö jaoks kõige sobivam.
- Tehakse käsitsi lihtsamaid õmbluspisteid. Neid saab rakendada riide parandamisel, nõõbi õmblemisel, lapitehnikas, pisiesemete valmistamisel. Enne pistete harjutamist kinnistatakse ka eeloskusi, kuidas panna niiti nõõla taha, kuidas teha sõlme jne.
- Lihtne juurdelõikus (kotid, põlled, rätikud, linikud, lihtsa tegumoega kerged rõivad) ja detailide ühendamist traageldamise, hiljem püsiõmbluste ja pistete abil (masinpiste, salapiste).
- Asjade õmblemine. Mänguasjad, loomad ja nukud, eelnevalt joonistades, siis kujundades ise lõike, lõpuks õmmeldes. Samuti õpitakse õmblema susse, kujundades moe, tõmmates materjali liistule, hiljem õmmeldes.
- Masinaga õmblemine, võimaluse korral alustatakse mehhaanilise jalaga vändatava masinaga. See arendab käte ja jalgade koostööd, samal ajal on käed vabad õmblustöö sätimiseks. Samuti on siin lihtne reguleerida õmblemise tempot. Hiljem võivad lisanduda ka käsitsi vändatav või elektriga töötav masin. Masinaga võib õmmelda näiteks voodilinu või padjapüüre, kus on näha, et masin aitab pikki sirgeid õmblusi kiiremini teha.
- Tikkimispistes. Õmmeldud esemeid saab kaunistada eelpistes, sämppestes, ristpistes või mõnes muus lihtsama teostusviisiga pistes. Et tikkimine on peaaegu alati esemete kaunistamine, siis planeeritakse sellele küllaldaselt aega, samuti joonistatakse ise mitut varianti musterid ja kavandeid. Suur tikkimistöö, nt vaip, padi või laualina sobib hästi kooli lõputööks. Tikkimist saab teha väga erinevatel raskusastmetel, ka varieerides lõnga ja alusmaterjali jämedust.

12.2 Kangaste kujundamine

Kangaste kujundamine on väga loominguline ja põnev protsess. Kangaid saab värvida nii taimevärvide kui ka tööstusvärvide abil, kasutades erinevaid tehnikaid. Levinumad neist on sidumistehnika, vahabatika ja kangaste trükkimine. Nii valmivad kangad kardinatega, linikutega, põlledega, kleitidega. Samuti annab palju võimalusi siidimaal, kus lihtsamad võtted on niiskele siidile

pealemaalimine ja soolatehnika. Siidimaal on koolis õpitud värviõpetusega väga tihedas seostes, ning oma olemuselt meenutabki ta akvarellmaali.

Võimalik õppesisu kangaste kujundamises:

- Õpitakse tundma erinevaid värve, värvimiseks sobivaid kangaid.
- Riide ettevalmistamine: triikimine, kinnisidumine, vahabatika puhul vaha pealekandmine.
- Kanga värvi ettevalmistamine, nt puukoortest tõmmise keetmine.
- Värvimine: keetmine, kinnitamine, loputamine, kuivatamine.
- Viimistlustööd: nt lisamaalimine, vaha väljatriikimine.
- Materjali raamile kinnitamine trükkimise, siidimaali ja vahabatika puhul. Nende tööde juures harjutatakse ka erioskusi: trükipressi, vaha, siidimaalimipintslite ning muu eritehnikateks vajaliku kasutamist (sool, gutta). Siidimaali juures õpitakse materjali kinnitama aurutamise või triikimise teel.

12.3 Kudumine, heegeldamine, punumine

Punumises saab nõörist, ka lihtsaid sõlmi ja seoseid kasutades, valmistada matte, lillehoidjaid, vöösid. Kasutades peenemaid lõngu, saab teha järjehoidjaid ja ehispaelu. Nõöriiga punumine võib ka siis mõnel puhul õnnestuda, kui õpilane ei suuda hoida vardaid või heegelnõela, sest siin on põhiliseks töövahendiks tema enda sõrmed. Et punumine, samuti kudumine ja heegeldamine on tihedas seoses ühendamise, põimimise ja tähelepanu hoidmisega, toetab ta koondavaid jõude ka lapses eneses.

Võimalik õppesisu põimimises:

- Erinevad seosed ja sõlmed.
- Punumiseks sobiva pikkusega nõöri ja lõnga välja mõõtmine.
- Nõöride ja lõngade põimimine, sõlmimine ja muul viisil, nt kasutades puupärleid, ühendamine. Neid oskusi kasutades tervikliku eseme valmistamine ja viimistlemine.

Võimalik õppesisu kudumises:

- Esmalt suurte näitvarraste hoidmine kahe käega. Kindel töövahendi hoidmine on alus töö edasiseks õnnestumiseks. Esmalt harjutatakse silmuste ülesloomist varrastele ning parempidi silmustega kudumist. Selles tehnikas valmistatakse ka esimesed lihtsad esemed nt sall, pajalapid. (Hiljem õpitakse looma silmuseid ka neljale vardale, ning siis saab samu kudumisvõtteid rakendada ringselt kududes).

- Pahempidi silmused ning nende kombineerimine parempidi silmustega: võimalus kududa erinevaid soonikkoos pindu ning veel edasine samm: palmikud. Kudumises on võimalik õppida ka väga erinevaid kaunistusvõtteid, samuti kasvatamis- ja kahandamisvõtteid, lähtutakse siiski sellest, et õpilane saaks tööga võimalikult iseseisvalt hakkama ja suudaks parandada ka tekkinud vead.
- Kudumine mustriga: mitut värvi lõngaga. Mustreid õpitakse ise koostama ning ka valmis mustreid lugema. Mustriga saab kududa ka mänguasja.
- Ideaalis peaks õpilane kindlasti tulema toime ka lihtsa labakinda ning soki kudumisega: need on väga vajalikud oskused tulevikuks, samuti head töövõimalused.

Võimalik õppesisu heegeldamises:

- Heegelnõela käes hoidmine: tähtis on teise käe sõrmedega lõnga piisavalt pingul hoida. Nagu kudumise puhul vardaid, õpitakse leidma heegeldus materjalile sobiva suurusega heegelnõela.
- Kinnissilmused, millega on lihtsaim heegeldada ringselt. Nii saab valmistada teekannu soojendaja, flöödikoti, pinali. Kui juurde on õpitud ka õhksilmused, saab ringselt heegeldada pajalappe ning mütse.
- Sambaid- pool, ühekordset, kahekordset ja ristsammast. Kõiki neid kombineerides on lisaks tarbeesemetele võimalik heegeldada ka ilusaid kaunistusi ka kraesid ning linikuid, samuti villast lõnga kasutades tekke, susse ja muud.

12.4 Viltimine

Viltimine on protsessilt lihtne, samas väga eriline töö. Vormitust materjalist sünnib midagi uut. Villa niisutamise ja seebiga hõõrumise tulemusena kihid haakuvad ja nii saab kujundada vildist palle, mänguasju, susse. Viltimisliigutus on kordav, rütmiline ja mõjub tasakaalustavalt. Kasutades nii värvilist kui valget lambavilla, saab kujundada muustrilist pinda.

Võimalik õppesisu viltimises:

- Töövahendid. Õpitakse ette valmistama viltimiseks vajalike vahendeid (paraja soojusega vesi, seep, töökoht).
- Sobiva tihedusega villa valimine ja kraasimine.
- Villakihtide üksteise peale paigutamine, vastavalt esemele, mida kujundatakse, samuti värvide sobitamine.
- Seebiga hõõrumine, kuivatamine, eseme viimistlemine.

12.5 Savitöö

Õppetegevuse põhisuunad: kui koolis modelleeriti savist kunstilisel eesmärgil, õpiti materjali tundma, siis nüüd võetakse lisaks suund tarbekunstile – savist nõude, ehete ja muude esemete valmistamisele. Lisaks käsitsi voolimise võtetele õpitakse ka pottsepakedral nõu vormimist, selle glasuurimist ja veekindlaks muutmist põletamise teel. Valmistatud esemeid saab ka erineval viisil kaunistada, kasutades pealemaalimist.

Savist esemete valmistamise võimalused:

- Valamine. Vedel (rõõsa koore konsistents) lobri valatakse kipsvormidesse. Kipsvorm imab vett endasse ja pinnale koguneb savikiht. Paraja paksuse saavutanud, valatakse ülejäänud lobri välja. See on mugav paljude ühesuguste esemete tegemiseks.
- Ülesehitamise võimalused:
- Veeretatakse savivorstikesed ja laotakse üksteise peale. Seejärel vahed tasandatakse.
- Väikeste tükide üksteise peale ladumine, kuni saavutatakse soovitud paksus ja kuju.
- Modelleeritakse savist kuju, sellelt võetakse kipsvorm. Pärast kasvatatakse kipsvormi sisepinnale ühtlase paksusega keraamilise savi kiht. Kipsvorm eemaldatakse ja viimistletakse eseme pind.
- Savi rullitakse ühtlase kihina siledale kipsist alusele, lõigatakse sobiva kujuga vormid, tõstetakse nad kokku ja liidetakse vedela lobriga. See on pinnalaotuse põhimõte.
- Kedral voolimine.

Põletada on võimalik spetsiaalses keraamikapõletusahjus, maakividest või telliskividest laotud suuremas puuküttega ahjus või saviseguse maa sisse kaevatud (70x70x70) augus.

Kipsist vormide võtmine: väga pehmesse anumasse (poolik kummipall vms) võetakse soovitavast lõppkogusest poole jagu vett. Sinna tuleb läbi sõela vähehaaval, tükke vältides sõristada kipsipulbrit, seda pidevalt segades, ja kindlasti õhumulle vältides. 10%-hapukoore konsistents on paras.

Võimalik õppesisu savitöös:

- Savinõude valmistamine vastavalt lapse võimetele, lähtudes ülalpool loetletud valmistusviisidest.
- Valmis nõude viimistlemine, kaunistamine, pakkimine.

12.6 Kangakudumine

Õppetegevuse põhisuunad: kangakudumine innustab õpilasi julgelt kaasa lööma oma elukeskkonna kujundamisel. Telgedel kudumine ja sellega seotud tööd on põimunud eesti rahvakultuuriga. Õpilastele saavad omaseks lauludes kuuldud sõnad ("Veere värten") ning nüüd õpitakse esiemade tarkust ise ellu rakendama. Kangakudumise õppimist on alustatud juba II kooliastmel ja nüüd jätkub omandatu kinnistamine ja süvendamine. Telgedel kudumine arendab hästi käte ja jalgade koostööd, samuti saab õpilane kinnistada põhiainetes õpitut (nt matemaatikast loendamist, ruumisuundade tundmist, lihtsat jagamist). Töö nõuab ka palju püsivust ja tähelepanu. Värvide omavahel sobitades areneb ilumeel.

Võimalik õppesisu kangakudumises:

- Ettevalmistustööd: materjali lõikamine kääridega, lõnga kerimine ja haspeldamine (vihtide tegemine), poolide tegemine.
- Vokiga töötamine, lõnga korrutamine, edasijõudnutel ka ketramine, efektlõnga tegemine.
- Vaipade ja linikute kavandite tegemine, materjali mõõtmine.
- Abitööd kangakudumise ettevalmistamisel (köörimine, kanga ülesvedu teljele, niietamine, sukkapanemine, siduse tegemine).
- Kudumisel kootud triibu mõõtmine mõõduriba järgi.
- Erinevatel telgedel kudumine (lauateljed, maateljed, kirikangasteljed). Matemaatikas õpitu (loendamine) rakendamine niisvarbade tõstmisel.
- Tallamisel käte ja jalgade koostöö kujundamine. Kanga pingutamine, telgedel kanga edasilaskmine.
- Vaipade, edasijõudnutel ka linikute viimistlustööd (narmaste sõlmimine, liniku palistus, heegelnõelaga lõngaotste sissetõmbamine).
- Lisatehnikad (taimevaipade tegemine, kaaspõime, villpõime, edasijõudnutel gobelään ja pindpõime) ja nendega kaasnevaid tööd: lehtede ribastamine, villa kraasimine.

12.7 Puutöö

Õppetegevuse põhisuunad: võimalikult palju üritatakse kasutada käsitsitegemist, sest nõnda säilib õpilasel tööprotsessiga ja seeläbi ka iseendaga tugevam, hingelisem kontakt. Näideteks oleks käsitsi lihvimine, peitliga õhnestamine, treimine jalaga vändataval treipingil. Puutöö algab aga hea suhte loomisest veel elava, kasvava puuga. Käiakse metsas, õpitakse puid vaatlema ja tundma. Alles hiljem nähakse erinevaid puite kui palju võimalusi andvaid materjale. Lihtsategi muusikainstrumentide valmistamisel on kogetav puitude erinev kvaliteet, mida on kuulda pilli kõlas.

Võimalik õppesisu puutöös:

- Lihtsate puidust vormide (nt mänguasjad, köögis vajaminevad riistad, muusikas kasutatavad rütmipillid, ehisdetailid nt mööblile, küünlajalad) noaga vestmine. See koosneb juba paljudest oskustest: liigutuse õigest suunamisest endast väljapoole, erineva intensiivsusega puuvoolimisest, vormi hoidmisest. Edasijõudnud saavad rakendada voolimisoskusi liikuvaid mänguasju luues.
- Saagimine, lihvimine, puidu lõhestamine ja liimimine, neid oskusi kasutatakse ka materjali ettevalmistamisel ja viimistlemisel. Valmistatakse lõikelaudu, pesakaste, pannilabidaid, kuumanõu aluseid ja ka lihtsalt saetakse ja lõhutakse küttepuid. Vineersae abil saab teha ka veel peenemaid töid, nt valmistada puidust ehteid ja pisematele nukumööblit.
- Töötamine tavalisel puutööpingil: hõõveldamine, puidu koorimine, õõnevormide kujundamine peitli abil. Neid oskusi rakendatakse lihtsa mööbli ning kausside, karpide ning lihtsama kujuga muusikainstrumentide valmistamisel.
- Töötamine treipingil: küünlajalgade, toolijalgade ja muu kunstipärase treimine.
- Lisaoskused: puurimine, detailide ühendamise naelte ja tappide abil. Omaette töö võib olla ka puutööst ülejääva: saepuru, klotside, liistude sorteerimine ja pakkimine. Seda materjali saab kasutada nt klassiõpetaja.
- Koostööd võib teha ka teiste koolidega nt Astangu Kutse- ja Rehabilitatsioonikeskus), firmadega tegemaks esimesi samme kvaliteetse toote tootmise suunas, mida müüa kas firmakingitusena, internetis või siis jõululaadal.
- Õpilastega koos luuakse kooli oma suveniirid.

12.8 Kodundus

Õppetegevuse põhisuunad: köök on kodus koht, kuhu alati armastatakse koguneda. Ta on nagu maja süda. Seda soojust püütakse ka kodundust õppides ja õpetades alles hoida. Kodundus jaguneb:

- toiduvalmistamiseks (sealhulgas lauakatmine, lauakombed);
- koristustöödeks (erinevate ruumide koristamine, lähtudes kodu koristamisest);
- ja teiseks üldtuntud majapidamistöodeks (nt pesupesemine, triikimine).

Kodunduse kaudu rõhutatakse ka veelkord enese eest hoolitsemise tähtsust (isiklik hügieen). Kodunduses õpitud oskused peaksid üldjoontes olema piisavalt iseenesega toimetulekuks, kuid see sõltub konkreetsest õpilasest. Võib olla ka võimalik, et õpilane saab tulevikus olla köögitöölise abi või töötada koristaja abilisena. Kodundusega haakub samuti tähtpäevade tähistamine: vastavad toidud, ruumide kaunistamine.

Õppimisel jälgitakse, et õpilane teeks kogu tööprotssi läbi algusest lõpuni, ehkki see võib võtta üsnagi palju aega. Kodumasinad võidakse appi võtta siis, kui selle järele on tööpoolest vajadus (nt suured kogused), kuid üldiselt peab töö põhiolemuse (nt pesupesemisel) olema selge ka käsitsi töötades. Õppimine on alguses üks-ühele õpetajaga, hiljem võib rakendada ka rühmatööd.

Võimalik õppesisu koristustöodes:

- Erinevate pörandate puhastamine, kasutades lappe, harju, moppe, tolmuimejat. Vaipade kloppimine. Akende pesemine.
- Tolmupühkimine.
- Esemete korrastamine.
- Põhilised puhastusvahendid.
- Ruumide õhutamine.
- Majaümbruse koristamine: lehtede riisumine jne.

Võimalik õppesisu teistes majapidamistöodes:

- Pesupesemine ja kuivatamine, samuti pesu triikimine, tärgeldamine ja pressimine. Oluline on teadvustada, et erinevad materjalid nõuavad erinevat tegutsemisviisi, samuti tuleb õigesti valida pesuvahendid ja kogus.
- Riietelevate pesupesemise ja triikimise tingmärkide lugemine.
- Toalilled eest hoolitsemine: kastmine ja tolmuühkimine.

Võimalik õppesisu kokanduses:

- Toiduvalmistamise põhialused. Põhilised igapäevased toiduained, toidu valmistamise viisid (toortoit, praadimine, keetmine, küpsetamine, aurutamine).
- Poes ja turul käimine, vajalike asjade muretsemine.
- Juhistest aru saamine: õpetaja tutvustab töö käiku, kasutades erinevaid vahendeid (seletus, pildid, esemed). Hiljem joonistatakse töö käik ka vihikusse üles.
- Lihtsate salatite valmistamine. Õpitakse aedvilja pesema, koorima ja tükeldama (riivima, lõikuma, hakkima). Õpitakse valmistama lihtsaid kastmeid toorsalatitele.
- Erinevast taigast küpsetiste valmistamine. Õpitakse tainast tegema: segama, rullima, katma, küpsetama.
- Igapäevaste põhitoitude valmistamine, sellega seotud tööd. Putrude valmisamine kuivainetest, prae lisandite (kartul, riis, aedvili) keetmine. Prae juurde õpitakse valmistama kastmeid. Nii õpitakse ka pruunistamist ja praadimist. Tehakse toite, mida lapsed eeldatavasti hiljem ka ise teha suudavad ja soovivad. Õpitakse ka jälgima, et toiduained oleksid värsked.

- Puljongi ning erinevate supide valmistamine, samuti lihtsamate magustoitude tegemine.

12.9 Arvutiõpetus

Õppetegevuse põhisuunad: arvutiõpetus toetab õpilasi põhiõpingute teemade omandamisel. Seda matemaatiliste ning keeleliste programmide ja mängude kaudu. Info ning piltide otsimisel areneb kirjaoskus ning tähtede ja numbrite tundmine. Arvutusmängude ja loendamismängude sooritamine arendab matemaatilisi oskuseid. Lisaks sellele arenevad arvutiõpetuse kaudu ka õpilaste sotsiaalsed oskused. Arvuti vahendusel suhtlemine ning käitumisreeglid virtuaalmaailmas, mida on võimalik kanda ka argipäevastesse situatsioonidesse. Samuti toetab arvutiõpetus võimalusel teistes ainetes käsitletavate teemade omandamist.

Võimalik õppesisu arvutiõpetuses:

- Peamised arvuti lisaseadmed ning nende funktsioonid (hiir, klaviatuur, kuvar).
- Arvuti käivitamine ja sulgemine.
- Info otsimine internetist pildimaterjali näol.
- Sõnalised ja keelelised mängud.
- Matemaatilised mängud.
- Loendamismängud.
- Arvuti ohutu kasutamine.
- Ohud internetis ning nende vältimine.
- Lihtsamate tekstide kirjutamine ning vormistamine.
- Lihtsama esitluse koostamine.
- Tähtpäevadel kaartide vormistamine.
- Teistest tundides käsitletavate teemade lõimimine arvutiõpetusega.

12.10 Inglise keel

Õppetegevuse põhisuunad: Kaasaegses maailmas puutub õpilane üha enam kokku endast erineva emakeele ja kultuuritaustaga inimestega nii silmast silma kui digitaalse tehnoloogia vahendusel. Inglise keele oskus annab lapsele võimaluse avardada oma suhtlusringkonda, maailmapilti ja mõtlemisprotsesse, osaleda aktiivsemalt rahvusvahelistes projektides, mõista ja mõtestada selgemini teda ümbritsevat maailma. Samuti saab arendada suhtlemisoskust, kuulamisoskust, keskendumisvõimet, koostööd, viisakust, empaatiavõimet, loovust ja kannatlikkust. Läbi võime suhelda ja edukamalt üha muutuv keskkonnas toime tulla tõuseb enesehinnang ja tekib positiivsem minapilt.

Põhiliselt keskendutakse tunnis rääkimisele ja kuulamisele – õpime tervitama, viisakalt käituma erinevates igapäevasisituatsioonides (tänaval, kauplustes, ühistranspordis, rongi- ja lennujaamas), vestlema õppija vahetut keskkonda käsitlevatel teemadel: elukoht ja perekond, kuud, nädalapäevad ja aastaajad, liiklusvahendid ja erinevad asutused. Lisaks õpime vestlema laste isiklike huvidega seotud teemadel: sport, muusika, sotsiaalmeedia ja netikett, kokandus ja eri rahvaste road, loomade mitmekesisus ja käitumine, filmid, animatsioon, telesarjad, arvutimängud ja raamatud. Käsitleme ka inglise keelt kõnelevate maade kultuure ja kombeid. Võimalusel õpime ka inglise keeles lugema ja kirjutama.

Tunnid sisaldavad kuulamis- rääkimis- ning lugemis- ja kirjaharjutusi vastavalt tasemele. Õppijatel on ka võimalus arendada nutiseadmete ja arvutite kasutamise oskust, tutvustada isiklike projekte (näiteks sotsiaalmeediasse postitatud videod). Vajadusel õpime ka sõnade ja väljendite inglise keelest eesti keelde tõlkimist, ametlikuma inglise keele internetis levivast noortesängist eristamist ja viisakamat keelekasutust ametlikumates situatsioonides.

Võimalik õppesisu inglise keele tunnis:

- Mina ja teised
- Aastaajad, kalendrikuud, nädalapäevad
- Kodu ja lähiümbrus
- Kodukoht Eestimaa
- Kool ja klass
- Igapäevaelu
- Reisimine: bussijaam, lennujaam, rongijaam
- Vaba aeg ja hobid
- Ühendkuningriigid
- Ameerika Ühendriigid
- Kaunid kunstid: film, muusika, video, romaan
- Pühad ja traditsioonid
- Numbrid
- Kellaaeg
- Loodus ja selle mitmekesisus

12.11 Loodusaine

Õppetegevuse põhisuunad: loodusainete õpetamisega saab õpetaja arendada õpilase uuriva meele arengut sõltumata intellektuaalsest võimekusest. Eesmärk on julgustada õpilasi aktiivselt osalema katsete ettevalmistamisel, vaatlemisel ning tegemisel. Õpilased saavad vihikusse joonistada katseid ning teha lühikirjeldusi. Neid õpilasi, kes seda iseseisvalt teha ei suuda, aidatakse. Põhiliselt keskendutakse uurimisele ja vaatlusele.

Õpime jälgima ja vastavalt võimekusele ka läbi tegema erinevaid katseid, vaatlema mikroskoobiga erinevaid esemeid.

Õpetamisega arendada teadmisi maailmast meie ümber, nii kaugelt kui lähedalt (vaadelda mikroskoobiga lehti, muru, putukaid. Kosmos ja planeedid).

Tundma õppida oma keha ja kuidas mõni organ töötab (silm, kõrv, aju jne).

Tunnis sisaldavad vaatlemist, arutlemist ja vihikusse märkimist vastavalt võimekusele.

Võimalik õppesisu loodusteaduse tundides:

- Maailm meie ümber
- looduse vaatlemine lähedalt ja kaugelt
- gloobusega tutvumine
- erinevate riikide leidmine ja võrdlemine
- kosmos- erinevad planeedid
- Inimkeha ja selle toimimine
- erinevad lihtsamad keemiakatsed
- erinevad lihtsamad füüsika katsed.