

Psühholoogia valikkursus

Õppe kirjeldus

Psühholoogia õppimise ja õpetamise kavandamiseks gümnaasiumis on kirjeldatud õpitulemusi, õppetegevust, hindamist, õpikeskkonda, lõimingut teiste õppeainetega, läbivate teemade rakendamise võimalusi ning õppesisu inimeseõpetuse valikkursusena 35 õppetundi. Psühholoogia kursus on jaotatud kümneks õppeteemaks õppetundide kaupa; õpitu kordamiseks ja kinnistamiseks eraldi ajavaru plaanitud ei ole. Kinnistamise, õppekäigud ning praktilised tööd kavandab õpetaja lähtuvalt klassi ja õpilaste eripärast ning kooli võimalustest.

Gümnaasiumi riiklikus õppekavas sätestatud taotletavate õpitulemuste saavutamiseks on kursuses kirjeldatud kohustuslikku materjali, õppeteemasid võib käsitleda nii üksteise järel kui ka integreerituna, et tagada oskuste-, teadmiste- ja väärtustepõhised õpitulemused. Õppesisu kohustuslikuks ja süvendavaks jaotamise eesmärk on avada huvitavamad teemad põhjalikumalt, süveneda neisse ning kujundada vajalikud teadmised, oskused ja hoiakud. Süvendavate ning laiendavate teemade käsitlemine annab õpitulemuste saavutamiseks ja ainetevaheliseks lõimimiseks lisavõimalusi, aitab õppetööd diferentseerida ning arvestada õpilaste ja kohaliku eripära ning muutusi ühiskonnas.

Õppeteemad ja -maht

1. Psühholoogia kui teadus (3 tundi)
2. Tunnetuse ja tegevuse bioloogiline alus (3 tundi)
3. Taju ja tähelepanu (4 tundi)
4. Mälu (4 tundi)
5. Õppimine (3 tundi)
6. Mõtlemine (3 tundi)
7. Emotsioonid ja motivatsioon (4 tundi)
8. Individuaalsed erinevused (4 tundi)
9. Sotsiaalsed protsessid (5 tundi)
10. Psühholoogia rakendused (2 tundi)

Õpitulemused

Õpilane:

- 1) mõistab inimese taju, tähelepanu, mälu, õppimise, mõtlemise, emotsioonide, motivatsiooni, isiksuse, vaimsete võimete ja sotsiaalsete protsesside põhilisi seaduspärasusi ning tunneb neid enda ja teiste käitumises;

- 2) teab psühholoogias kasutatavaid põhilisi uurimismeetodeid ning eristab teaduslikku teadmist tavateadmisesest psühholoogias;
- 3) tunneb igapäevaelus kasutusel olevaid psühholoogiaga seotud mõisteid ja kontseptsioone;
- 4) oskab rakendada psühholoogia seaduspärasusi enda õppimist analüüsides ja õpioskusi arendades;
- 5) mõistab inimeste erinevuste päritolu ja individuaalsust ning väärtustab individuaalseid ja kultuurilisi erinevusi;
- 6) analüüsib põhiliste sotsiaalsete protsesside mõju inimese käitumisele igapäevaelus;
- 7) mõistab ja kirjeldab psühholoogiategadmiste rakendamise võimalusi igapäevaelus.

Õppetegevus

Psühholoogia valikkursuse teemade valikul on toetunud uurimustele ja katsetele, mille toel annavad psühholoogiategadmised valmiduse mõista nende rakendamise võimalusi eelkõige enda ja teiste käitumise seletamiseks. Samuti kujuneb arusaam psühholoogiast teadusena, mis aitab mõista inimese olemust tervikuna ning seda, kuidas ta koos teistega tegutseb. Õpisisu esitus kohustuslike ning süvendavate ja laiendavate teemade kaudu loob aluse sügavamaks käsitlemiseks, arvestades nii õpilaste individuaalseid erinevusi kui ka muutusi ühiskonnas. Õppetegevuse valikul lähtutakse inimeseõpetuse üldisest eesmärgist, et kujundada õpilase isiksuse arenemist ning sotsialiseerumist toetavaid teadmisi, oskusi, hoiakuid ja väärtusi. Õppetegevused on aine eesmärkidest lähtuvalt õpilase jaoks mõistetavad ja tähenduslikud ning toetavad arusaama õpitava vajalikkusest. Kogu ainekäsitus on võimalikult elulähedane.

Õppetegevust korraldades on **õppe-metoodiliselt olulised kolm valdkonda, arvestades õpilase vanuseastet:**

- 1) **avar metoodiline repertuaar, sealhulgas aktiivõppemeetodid** (nt arutelud, rollimängud, rühmatööd, paaritööd, juhtumianalüüs, ajurünnak jne) ja praktilised ülesanded (nt küsitlused, vaatlused, intervjuud jne);
- 2) üksi- ja ühisõppe võimaldamine;
- 3) õppe sidumine koolivälise eluga (nt projektitööd, **uurimistööd**, kohtumised erinevate inimestega jne), kusjuures õppemeetodi valik sõltub konkreetsest õpieesmärgist.

Viiteid õppetegevuse kavandamiseks ja korraldamiseks

HITSA Innovatsioonikeskus (repositoorium ehk hoidla, seminaride, konverentside ettekanded jm): <https://www.innovatsioonikeskus.ee/et/uudised>
Koolielu õppevara, töövahendid: <http://koolielu.ee/waramu/search/sort/created/curriculumSubject/34149789>

Hindamine

Hindamine psühholoogias tähendab konkreetsete õpitulemuste saavutatuse ja **eelkõige õppija arengu toetamist kujundava hindamise kaudu**. Õpetaja loob teema ja meetodi põhjal ning õppijate individuaalsusest lähtudes **hindamismudeli**, mis peegeldab õpilase teadmiste ja oskuste taset. Hindamise põhiülesanne on toetada õpilase arengut ning kujundada positiivset minapilti ja adekvaatset enesehinnangut, kusjuures oluline on õpilase enda roll hindamisel, pakkudes enesehindamise võimalusi. Hinnatakse õpilase teadmisi ja oskusi; hoiakute ja väärtuste kujunemise kohta antakse õpilasele tagasisidet.

Õpitulemuste kontrollimise vormid on mitmekesised, sisaldades nii suulisi, kirjalikke kui ka praktilisi ülesandeid.

Suuliste ja kirjalike ülesannete puhul õpilane:

- 1) selgitab ning kirjeldab mõistete sisu ja seoseid;
- 2) selgitab oma arvamusi, hinnanguid, seisukohti ja suhtumisi, seostades neid omandatud teadmistega;
- 3) eristab, rühmitab, võrdleb ja analüüsib olukordi, seisundeid, tegevusi ning tunnuseid lähtuvalt õpitulemustest;
- 4) demonstreerib faktide, mõistete ning seaduspärasuste tundmist lähtuvalt õpiülesannete sisust.

Praktiliste ülesannete puhul õpilane:

- 1) rakendab teoreetilisi teadmisi praktiliselt õpituatsioonis;
- 2) demonstreerib õpitulemustes määratletud oskusi õpituatsioonis;
- 3) kirjeldab õpitulemustes määratletud teadmiste ja oskuste rakendamist igapäevaelus.

Viiteid hindamise korraldamisele

<http://opetaja.edu.ee/hindamismudelid/>

<https://6ppimisttoetavhindamine.wordpress.com/>

http://www.curriculum.ut.ee/sites/default/files/sh/kaitumise_hindamine.pdf

<http://www.tulevikuopetaja.ee/moodul-ii/hindamist-toetavad-digitaalsed-vahendid/>

http://www.curriculum.ut.ee/sites/default/files/ht/oppimist_toetav_hindamine_kokkui.pdf

http://www.oppekava.ee/images/8/85/Kujundav_hindamine_sotsiaalainetes.pdf

Õpikeskkond

Füüsiline õpikeskkond: õpitakse soovitatavalt õpikeskkonnas, kus on võimalik kasutada nii infotehnoloogilisi vahendeid kui ka õppemeetodeid, mis eeldavad õpilaste ümberpaigutumist ja aktiivset osalemist.

Vaimne õpikeskkond: väärtuskasvatus ja hoiakute kujundamine peaksid toimuma üksteist mõistvas õhkkonnas ning olema suunatud eelkõige õpilaste positiivse mõtlemise arendamisele oma arengu ja toimetulekuvõimaluste üle.

Sotsiaalne õpikeskkond: soodne õpikeskkond toetub esmajoones õpilaste isikupära ja isiklike seisukohtade austamisele, võimalustele vabalt arvamust avaldada ning algatuslikult osaleda ja tegutseda ettevõtmistes nii üksi kui ka koos teistega.

Oluline on õppe sidumine igapäevaeluga, viies igal asjakohasel juhul õppe klassiruumist välja.

Lõiming teiste õppeainetega

Eesti keel ja kirjandus: suuline ja kirjalik eneseväljendus, inimese käitumise ja isiksuse kujutamine kirjandusteostes, närvisüsteemi ehitus ja talitus, keel ja mõtlemine, keel ja kultuur, loovus, individuaalsed erinevused

Kunstiõpetus, muusikaõpetus: kunstiline ja muusikaline eneseväljendus, tuntud kunstnike ja muusikute isiksused, looming ja elulood, tajude ja tähelepanu, emotsioonid, vajadused, eesmärgid ja motivatsioon, kultuuriline motivatsioon, loovus, isiksus ja individuaalsed erinevused, intelligentsus, kunsti- ja muusikapsühholoogia, kunsti- ja muusikateraapia

Bioloogia: inimese närvisüsteem, närviraku ehitus ja talitus, sõltuvused ja sõltuvushaiguste bioloogilised mehhanismid, inimese meeled ja aistingute tekkemehhanismid, mälu, mõtlemise ja õppimise bioloogilised mehhanismid, käitumise hormonaalne regulatsioon, emotsioonid ja füsioloogia, bioloogiline motivatsioon, isiksuse bioloogilised alused, vaimse ja füüsilise tervise seos, tervislik eluviis ja vaimne tervis

Füüsika: psühholoogia uurimismeetodid ja seos teiste teadustega, närviimpulss, aktsioonipotentsiaal, aistingute tekkemehhanismid, tajude

Keemia: psühholoogia uurimismeetodid ja seos teiste teadustega, närviimpulss, aktsioonipotentsiaal, neurotransmitterid, aistingute tekkemehhanismid, tajude; sõltuvusained, sõltuvuse biokeemia, emotsioonide biokeemia, psühhofarmakonid

Ajalugu ja ühiskonnaõpetus: psühholoogia kui teadus ja rahvapsühholoogia, psühholoogia uurimismeetodid, mälu ja mäluprotsessid, tähelepanu ja infotöötluse sügavuse mõju mälu salvestamisele, sotsiaalne õppimine, vajadused, teadmiste ja kogemuste mõju mõtlemisele ning otsustamisele, eesmärgid ja motivatsioon, kultuuriline motivatsioon, saavutusvajadus, individuaalsed erinevused, silmapaistvad ajaloolised isiksused, normi ja hälbimuse suhtelisus, eelarvamused ja stereotüübid, rühmaprotsessid, sotsiaalsed protsessid tänapäeva erinevates ühiskondades ja ajaloos

Informaatika: loovtööd, uuringud jt õpitegevused psühholoogiat õppides, kasutades otstarbekalt tehnikavahendeid, sh IKT võimalusi

Karjääriõpetus: psühholoogia seos teiste teadustega, psühholoogia rakendusharud, psühholoogi elukutse ja karjäärivalikud, tajude, sotsiaalne tajude, õppimine, õpistiilid, teadmiste konstrueerimine, sotsiaalne õppimine, probleemide lahendamine ja loov mõtlemine, vajadused, eesmärgid ja motivatsioon, bioloogiline ja kultuuriline motivatsioon, saavutusvajadus, isiksus, isiksuseomadused, isiksuse bioloogilised alused, vaimsed võimed: üldvõimekus ja erivõimekused; IQ; individuaalsed erinevused, normi ja hälbimus; sotsiaalne võrdlemine ja identiteet; sotsiaalne tajude; esmamulje, eelarvamused, stereotüübid

Kehaline kasvatus: kehalise aktiivsuse tähtsus inimese vaimsele tervisele, emotsioonid, vajadused, saavutusvajadus, kehalis-kinesteetiline intelligentsus, sport isiksuse kujundajana, kehaline aktiivsus kui stressi leevendaja, esmaabi ja turvalisus

Läbivate teemade rakendamise võimalusi

Elukestev õpe ja karjääri planeerimine: psühholoogia seosed teiste teadustega, psühholoogia rakendusharud ja uurimismeetodid, mälu ja mõtlemine, õppimine, teadmised ja oskused, õppimise viisid, probleemide lahendamine ja loovmõtlemine, vajadused, saavutusvajadus, motivatsioon, isiksus, isiksuseomadused, vaimsed võimed, identiteet, psühholoogi erialased rakendused, psühholoogiateadmiste rakendamine igapäevaelus

Tervis ja ohutus: psühholoogia uurimismeetodid, kesknärvisüsteemi tervishoid, traumade ennetamine, esmaabi pea- ja seljaaju vigastuste korral, sõltuvushaigused ja nende ennetamine, emotsioonid ja emotsioonide väljendamine, normi ja hälbimuse suhtelisus, meeleelundite tervishoid, isiksus, isiksuseomadused, õppimine, vaimne tervis, abi- ja nõustamisvõimalused

Keskfond ja jätkusuutlik areng: õppimine ja mõtlemine, probleemide lahendamine, loovus, vajadused, eesmärgid ja motivatsioon, emotsioonide mõju otsustamisele ja probleemide lahendamisele, keskkonna ja pärilikkuse mõju individuaalsetele erinevustele, normi ja hälbimuse suhtelisus, rühmaprotsessid

Teabekeskfond: erinevate teabekeskfondade kasutamine, teabe kriitiline hindamine, psühholoogia uurimismeetodid, meeleelundid ja aistingud, tajusotsiaalne tajus, esmamulje, eelarvamused, stereotüübid, tahtlik ja tahtmatu tähelepanu, mälu, mälu protsessid, õppimine, õppimisviisid, sotsiaalne õppimine, keele ja mõtlemise seosed, probleemide lahendamine ja loov mõtlemine, emotsioonid ja kultuur, vajadused, bioloogiline ja kultuuriline motivatsioon, psühholoogiateadmiste rakendamine igapäevaelus

Kodanikualgatus ja ettevõtlikkus: psühholoogia harud ja seosed teiste teadustega, probleemide lahendamine ja loov mõtlemine, vajadused, saavutusvajadus, eesmärgid ja motivatsioon, bioloogiline ja kultuuriline motivatsioon, sotsiaalsed protsessid; psühholoogi elukutse ja psühholoogia rakendused, psühholoogiateadmiste rakendamine igapäevaelus

Kultuuriline identiteet: psühholoogia ajalugu, psühholoogia ja rahvapsühholoogia, mälu ja mõtlemine, keel ja mõtlemine, emotsioonid ja kultuur, õppimisviisid, sotsiaalne õppimine, bioloogiline ja kultuuriline motivatsioon, saavutusvajadus, vaimsed võimed ja individuaalsed erinevused, sotsiaalsed protsessid

Tehnoloogia ja innovatsioon: tunnetuse ja tegevuse bioloogiline alus, arvuti jm nutiseadmete ja internetisõltuvus, tajus, mälu ja õppimine, infotehnoloogia sügavuse ja info kokkupakkimise mõju info salvestamisele inimmälu vs. infotehnoloogilised vahendid, sotsiaalsed protsessid ja infotehnoloogia, nüüdisaegsete tehnoloogiliste vahendite kasutamine õppimiseks ning õppe mitmekesistamiseks

Väärtused ja kõlblus: psühholoogia uurimismeetodid, uurimiseetika, üldnimilised eetikaprintsiibid, psühholoogi eetikareeglid, õppimine, teadmised ja oskused, vajadused, eesmärgid ja motivatsioon, saavutusvajadus, emotsioonid ja emotsioonide väljendamine, personaalne ja interpersonaalne intelligentsus, intelligentsuse mõõtmine, individuaalsed erinevused, sotsiaalsed protsessid, eetika psühholoogiliste protsesside kirjeldamisel

Õppesisu

Õpitulemused (kohustuslikud teemad)	Kohustuslik teema ja maht	Laiendav ja süvendav teema	Metoodilised soovitused
1. Psühholoogia kui teadus (3 tundi)			
Õpilane oskab eristada psühholoogiat rahvapsühholoogiast, väärtustades teaduslikku käsitlust psühholoogiliste nähtuste seletamisel.	Psühholoogia kui teadus. Psühholoogia ja rahvapsühholoogia (1 tund)	Psüühika ja kultuur. Psühholoogia ajalugu. Eetilised printsiibid uurimistöös	<p>Üleklassitöö: soojendusmäng, sissejuhatav loeng</p> <p>Koosõppimine: töö näidisuurimustega. Arutelu: kuidas on seotud psühholoogia uurimisharud teiste teaduste ja igapäevaeluga? Kas väitel on teaduslik taust või kuulub see rahvapsühholoogia valdkonda? Eesti Psühholoogide Liit. Tartu Ülikooli psühholoogia instituut. Eetika uurimistöös. Video analüüs. Tartu Ülikooli eetikakeskus</p> <p>Iseõppimine: üksitöö. Ettekande koostamine psühholoogia rakendussuundadest. Koolielu õppematerjalid ja töövahendid. Tartu Ülikooli Televisioon. Tartu Ülikooli psühholoogia instituut. Mare Teichmann. Tallinna Tehnikaülikooli psühholoogia õppetooli digiõppe kursuse loengud</p>
Õpilane teab psühholoogia põhilisi uurimismeetodeid (kirjeldavad, korrelatiivsed, eksperimentaalsed) ning toob näiteid psühholoogia teaduslike uurimuste kohta.	Psühholoogia uurimismeetodid (1 tund)		<p>Üleklassitöö: õpilaste ettekanded, video. Video analüüs. Milgrami eksperiment. Stanfordi vanglaeksperiment</p> <p>Koosõppimine: miniuurimuse kava koostamine ja tegemine. Rühmatöö</p> <p>Iseõppimine: töö lisatekstiga, ettekanne, õpimapi loomine. Valik õppemeetodeid</p>

<p>Õpilane:</p> <p>1) eristab psühholoogia põhiharusid ning mõistab seoseid teiste teadustega;</p> <p>2) väärtustab psühholoogiliste nähtuste seletamisel teaduslikku käsitlust.</p>	<p>Psühholoogia harud ja seos teiste teadustega (1 tund)</p>		<p>Üleklassitöö: loeng, praktilised juhtumianalüüsid. Arutelu</p> <p>Koosõppimine: rühmatööde-miniuurimuste ettekanded, analüüs</p> <p>Iseõppimine: mõistekaardi, veebipõhise testi või õpimängu koostamine</p>
<p>Lõiming teiste õppeainetega</p> <p>Kirjandus: psühholoogia kirjandusteostes; tuntud psühholoogide elu ja töö</p> <p>Ajalugu: psühholoogia uurimismeetodid ajaloos</p> <p>Matemaatika: uurimisandmete analüüs, graafiline kujutamine, statistika, biomeetria</p> <p>Bioloogia: psühholoogia uurimismeetodid</p> <p>Muusika ja kunst: kunsti- ja muusikapsühholoogia, kunsti- ja muusikateraapia</p> <p>Füüsika: psühholoogia uurimismeetodid, PET, EEG, CAT ja seos teiste teadustega, närviimpulss, aktsioonipotentsiaal</p> <p>Kujundatavad üldpädevused Kultuuri- ja väärtuspädevus, sotsiaalne pädevus, õpipädevus</p> <p>Läbivate teemade rakendamise võimalusi Elukestev õpe ja karjääri planeerimine, keskkond ja jätkusuutlik areng, ettevõtlikkus, teabekeskond, väärtused ja kõlblus, tervis ja ohutus</p>			
<p>2. Tunnetuse ja tegevuse bioloogiline alus (3 tundi)</p>			
<p>Õpilane teab inimese perifeerse ja kesknärvisüsteemi ehitust ning talitlust.</p>	<p>Inimese närvisüsteem: perifeerne ja kesknärvisüsteem (1 tund)</p>	<p>Aju ja närvirakkude uurimise meetodid. Pärilikkus ja individuaalsed erinevused</p>	<p>Üleklassitöö: õpimäng, loeng, animatsioon, video. Aju ehituse animatsioon</p> <p>Koosõppimine: rühmatöö, ettekande koostamine</p> <p>Iseõppimine: mõistekaardi, ettekande koostamine. Veebiakadeemia. Intervjuu Mart Saarmaga</p>

<p>Õpilane teab ja oskab kirjeldada närviraku ehitust ning talitlust.</p>	<p>Närviraku ehitus ja talitlus (1 tund)</p>	<p>Närvisüsteemi haigused, sõltuvushaigused, sõltuvuse bioloogiline mehhanism, sõltuvushaiguste ennetus. Esmaabi pea- ja seljaaju traumade puhul, närvisüsteemi ning meeleelundite tervishoid. Vaimne tervis. Stress</p>	<p>Üleklassitöö: loeng, animatsioon, video, õpilaste ettekanded. Uimastid ja aju. Narko.ee. Alkoinfo.ee. Insuldi ennetamine, esmaabi</p> <p>Koosõppimine: õpimäng, demonstratsioon; rühmatöö: mudeli ehitamine. Rühmaettekanded (sõltuvushaigused, arvuti- ja internetisõltuvus)</p> <p>Iseõppimine: elektroonilise õppematerjali, mängu või testi loomine. Stressitest. Mare Teichmann. Tallinna Tehnikaülikooli psühholoogia õppetooli digiõppe kursuse loengud: Tööstress. Aistingud ja taj</p>
<p>Õpilane oskab igapäevaolu näidetele tuginedes selgitada aistingute ja meelelise tunnetuse olemust.</p>	<p>Meeleelundid ja aistingud (1 tund)</p>		<p>Üleklassitöö: õpimäng, video, animatsioonid. Kuulmis- ja tasakaaluelundi animatsioon</p> <p>Koosõppimine: õpimäng, katsed, rollimäng</p> <p>Iseõppimine: töö lisatekstiga</p>
<p>Lõiming teiste õppeainetega</p> <p>Bioloogia: inimese närvisüsteem, närviraku ehitus ja talitlus, sõltuvused ja sõltuvushaiguste bioloogilised mehhanismid, inimese meeled ja aistingute tekkemehhanismid, meeleelundite tervishoid, vaimne tervis, une ja kehalise aktiivsuse seos vaimse tervisega</p> <p>Keemia: närviimpulss, aktsioonipotentsiaal, neurotransmitterid, psühhofarmakonid, aistingute tekkemehhanismid, sõltuvusained, sõltuvuse biokeemia</p> <p>Füüsika: nägemisaistingute ja kuulmisaistingute teke, optika, heli</p> <p>Kujundatavad üldpädevused</p> <p>Enesemääratluspädevus, sotsiaalne pädevus</p> <p>Läbivate teemade rakendamise võimalusi</p> <p>Keskkond ja jätkusuutlik areng, tervis ja ohutus</p>			
<p>3. Taju ja tähelepanu (4 tundi)</p>			

Õpilane teab taju ülesandeid ja tajukujundite tekkimist lähtuvalt taju omadustest.	Taju ja selle omadused. Tajukujundi tekkimine (2 tundi)	Aistingute tekkimine. Tajuillusioonid	Üleklassitöö: loeng, video, animatsioonid. Optiliste illusioonide galerii . Novaator . Tartu Ülikooli teadusuudiste lehekülj , nägemisillusioonid Koosõppimine: demonstratsioonid, katsed Iseõppimine: loovtöö (video loomine, essee, elektrooniline õppematerjal, test)
Õpilane oskab tuua näiteid tajuliikide (sügavus-, liikumis- ja ruumitaju) kohta.	Tajuliigid: sügavus-, liikumis-, ruumitaju (1 tund)		Üleklassitöö: õpilaste ettekanded; loeng, video Koosõppimine: demonstratsioonid, katsed. Kunstiteose analüüs Iseõppimine: elektroonilise õppemängu, testi koostamine ja lahendamine
Õpilane oskab eristada tahtlikku ja tahtmatut tähelepanu ning kirjeldab nende mõju oma õpitegevusele ja igapäevaelule.	Tahtlik ja tahtmatu tähelepanu (1 tund)	Tähelepanu jagamine	Üleklassitöö: loeng, video, elektrooniline õpimäng, test Koosõppimine: demonstratsioonid, katsed. Aardejaht. Taju ja tähelepanu praktilises elus (õppimine, liiklus, reklaam, mustkunst jm). Avalik esinemine Iseõppimine: päeviku pidamine. Testi või elektroonilise õpimängu lahendamine
<p>Lõiming teiste õppeainetega Bioloogia: meeleelundid, aistingud, taju Muusika ja kunst: tuntud kunstnike ja muusikute looming Füüsika: heli ja valguse levimine, taju tekkemehhanismid Ajalugu ja ühiskonnaõpetus: sotsiaalne õppimine, vajadused, teadmiste ja kogemuste mõju mõtlemisele ning otsustamisele</p> <p>Kujundatavad üldpädevused Sotsiaalne, enesemääratlus- ja õpipädevus, suhtluspädevus</p>			

<p>Läbivate teemade rakendamise võimalusi Tervis ja ohutus, teabekeskond, elukestev õpe ja karjääri planeerimine</p>			
<p>4. Mälu (4 tundi)</p>			
<p>Õpilane: 1) oskab tuua näiteid töömälu ja pikaajalise mälu kohta, toetudes teaduslikule käsitlusele; 2) analüüsib isiklike kogemuste kaudu episoodilise, semantilise ja protseduurilise mälu erinevusi.</p>	<p>Mälu. Töömälu ja pikaajaline mälu. Episoodiline, semantiline ja protseduuriline mälu (2 tundi)</p>	<p>Autobiograafiline mälu. Mälu mõjutavad tegurid, närvisüsteem. Haigused</p>	<p>Üleklassitöö: loeng, video, animatsioon, mälutestid. Mare Teichmanni videoloeng: Tähelepanu ja mälu</p> <p>Koosõppimine: mõisteskeem, mälutestid. Mälutreeningu võtted ja praktilised harjutused. Aardejaht. Ümberpööratud klassiruum (nt veebiseminar)</p> <p>Iseõppimine: esitluse, elektroonilise õpimängu, mudeli või testi koostamine ja lahendamine. Ettekanne Endel Tulvingust</p>
<p>Õpilane: 1) mõistab tähelepanu, infotöötuse sügavuse ja info kokkupakkimise mõju mällu salvestamisele; 2) teab unustamise põhjusi ning oskab tuua näiteid, kuidas muuta meenutamine õppides tõhusamaks.</p>	<p>Mäluprotsessid: salvestamine, meenutamine, unustamine (2 tundi)</p>	<p>Mäluhäired. Mnemotehnika</p>	<p>Üleklassitöö: õpilaste ettekanded, loeng</p> <p>Koosõppimine: suunatud arutelu, näidete toomine. Väitlus: kas kodused õppeülesanded on vajalikud või mitte?</p> <p>Iseõppimine: konspekt, isikliku plaani koostamine. Eksperimendi plaanimine ja tegemine. Jüri Allik artikleid. Endel Tulving ja mälu. Veebiakadeemia: Endel Tulvingu intervjuu</p>
<p>Lõiming teiste õppeainetega Bioloogia: mälu, mõtlemise ja õppimise bioloogilised mehhanismid, käitumise hormonaalne regulatsioon, mälu ja aju, mäluhäired, traumad ja mälu Kirjandus: kirjandusteosed kui vaimse ja kultuurilise mälu kandjad, tuntud kirjanike elulood ja teosed Ajalugu ja ühiskonnaõpetus: ajalooline mälu, meenutamine, unustamine</p> <p>Kujundatavad üldpädevused Sotsiaalne, enesemääratlus- ja õpipädevus, suhtluspädevus</p>			

<p>Läbivate teemade rakendamise võimalusi Elukestev õpe, kultuuriline identiteet, teabekeskond, tervis ja ohutus</p>			
<p>5. Õppimine (3 tundi)</p>			
<p>Õpilane teab, mis on õppimine, ning selgitab, kuidas omandatakse teadmisi ja oskusi.</p>	<p>Õppimine, teadmised ja oskused (1 tund)</p>	<p>Õpioskused. Õpistiilid. Õpitud abitus</p>	<p>Üleklassitöö: õpilaste ettekanded, eksperimendi analüüs; loeng, video, animatsioon. Külalisesineja. Bobo Dolli eksperiment. Thorndike probleemikast. BF Skinner Foundation – tuvi käitumine</p> <p>Koosõppimine: rühmatöö, ajurünnak: kuidas efektiivselt õppida? Ettekanne (õppimise muutumine ajas). Juhtumianalüüs</p> <p>Iseõppimine: üksitöö; ideekaardi, konsepti koostamine</p>
<p>Õpilane: 1) teab ja kirjeldab erinevaid õppimise viise: harjumine, tingimine, sotsiaalne õppimine, teadmiste konstrueerimine; 2) oskab tuua näiteid õppimise viiside rakendamise kohta õpitegevustes ning oskab analüüsida oma õppimist.</p>	<p>Õppimise viisid: harjumine, tingimine, sotsiaalne õppimine, teadmiste konstrueerimine (2 tundi)</p>		<p>Üleklassitöö: ümberpööratud klassiruum (nt veebiseminar), loeng, diskussioon, video, elektrooniline õpimäng, test. Video sotsiaalsest õppimisest</p> <p>Koosõppimine: rühmatöö, väitlus, maailmakohviku meetod (nt kas kasvatus on vajalik. Rollimudelid, stereotüübid ühiskonnas. Uuenduslikud õppimisviisid koolis. Milline peaks olema / võiks olla tänapäeva kool?). Õppimise viisid. Miniuurimus õpistiilidest</p> <p>Iseõppimine: õpistiilide test, eneseanalüüs (milline õppija ma olen). Erinevate õpistiilide rakendamine. Arutelu. Elektroonilise õppematerjali loomine. Anna-Liisa Jõgi. Õpioskustest gümnaasiumi inimeseõpetuses. Mari Karm. Õppemeetodid kõrgkoolis</p>
<p>Läbivate teemade rakendamise võimalusi Bioloogia: mälu, mõtlemise ja õppimise bioloogilised mehhanismid, käitumise hormonaalne regulatsioon Ajalugu ja ühiskonnaõpetus: sotsiaalne õppimine, vajadused, teadmiste ja kogemuste mõju mõtlemisele ning otsustamisele, eesmärgid ja motivatsioon, kultuuriline motivatsioon, saavutusvajadus, individuaalsed erinevused, silmapaistvad ajaloolised isiksused, normi ja hälbimuse suhtelisus, eelarvamused ja stereotüübid, rühmaprotsessid, sotsiaalsed protsessid tänapäeva erinevates ühiskondades ja ajaloos</p>			

Inimeseõpetus: kasvatus ja sotsiaalne õppimine

Kujundatavad üldpädevused

Sotsiaalne, enesemääratlus- ja õpipädevus, suhtluspädevus

Lõiming teiste õppeainetega

Elukestev õpe ja karjääri planeerimine, teabekeskond, tervis ja ohutus

6. Mõtlemine (3 tundi)

Õpilane oskab eristada ja kirjeldada mõtlemise elemente (kujundeid, mõisteid ning skeeme).	Mõtlemine. Mõtlemise elemendid: kujundid, mõisted, skeemid (1 tund)	Mõtlemise areng. Mõtlemine erinevates kultuurides	Üleklassitöö: õpilasettekanded. Elektrooniline test, õppematerjali esitlus. Loeng, diskussioon, suunatud arutelu. Teadvuse suure probleemi lahendamine . Kognitiivse neuroteaduse lehekülg Koosõppimine: rühmatöö, nuputamisülesannete lahendamine, mõtlemisülesanded Iseõppimine: mõistekaart, elektroonilise õppematerjali, testi koostamine, lahendamine
Õpilane mõistab ning oskab selgitada keele ja mõtlemise seoseid.	Keel ja mõtlemine (1 tund)	Kõne areng	Üleklassitöö: loeng-diskussioon Koosõppimine: juhtumianalüüs, probleemülesanne. Kirjanduslike tekstide analüüs Iseõppimine: loovülesanne
Õpilane: 1) teab probleemide lahendamise etappe ja oskab tuua näiteid takistuste kohta probleeme lahendades;	Probleemide lahendamine ja loov mõtlemine (1 tund)		Üleklassitöö: loeng-diskussioon. Filosoferimine, loova mõtlemise harjutus. Milleks filosoofia? Tartu Ülikooli teaduskooli õpiobjekt Koosõppimine: aardejaht, ajurünnak probleemülesande lahendamiseks. 635-meetod

<p>2) analüüsib teadmiste ja kogemuste mõju probleemide lahendamisele ning loovale mõtlemisele ja toob selle kohta näiteid;</p> <p>3) oskab rakendada probleemi lahendamise etappe probleemülesandeid lahendades ning analüüsida lahenduse käiku.</p>			<p>Iseõppimine: probleemilahendusülesanne koos eneseanalüüsiga. Elektroonilise enesekontrollitesti koostamine. Ettekanded</p>
<p>Lõiming teiste õppeainetega Bioloogia: mälu, mõtlemise ja õppimise bioloogilised mehhanismid, käitumise hormonaalne regulatsioon Kirjandus: keele ja mõtlemise seosed, tuntud kirjanike elulood ja teosed Muusika ja kunst: muusika ning kunstiteoste mõju mõtlemisele</p> <p>Kujundatavad üldpädevused Sotsiaalne, enesemääratlus- ja õpipädevus, suhtluspädevus</p> <p>Läbivate teemade rakendamise võimalusi Elukestev õpe ja karjääri planeerimine, kultuuriline identiteet, teabekeskond, tervis ja ohutus</p>			
<p>7. Emotsioonid ja motivatsioon (4 tundi)</p>			
<p>Õpilane:</p> <p>1) teab emotsiooni mõistet ja põhiemotsioone ning analüüsib, kuidas väljenduvad emotsioonid füsioloogiliselt, tunnetuslikult ja käitumises;</p> <p>2) analüüsib emotsioonide ja vaimse tervise seoseid, oskab tuua näiteid, kuidas</p>	<p>Emotsioon. Emotsiooni komponendid. Põhiemotsioonid ja emotsioonide väljendamine (2 tundi)</p>	<p>Emotsioonid ja kultuur. Emotsioonid ja aju. Emotsioonide väljendamine sõnades</p>	<p>Üleklassitöö: loeng, video. Õpimängud. Ringimeetod. Õppekäik kontserdile, näitusele. Emotsioonide analüüs. Mare Teichmanni videoloeng: Emotsioonid. 100 sekundi videod: Armumistunne. Õnn on protsess, mitte eesmärk. Jaak Panksepp. Emotsioonidest. Veebiakadeemia saated: Jaak Panksepp. Loomade emotsioonid</p> <p>Koosõppimine: loovtöö esitlus, rollimäng. Õpimäng. Juhtumianalüüs (nt paarisuhte ja perevägivalda ennetamine, negatiivsete emotsioonidega toimetulek jms igapäevaelu probleem). Ümberpööratud klassiruum (nt veebiseminar)</p>

<p>vaimset tervist hoida ning kust vajaduse korral abi leida;</p> <p>3) rakendab õpituatsioonis emotsioonide väljendamise viise, mis ei kahjusta ennast ega teisi, ning väärtustab neid.</p>			<p>Iseõppimine: loovtöö (essee, kirjandus-, muusika- või kunstiteose analüüs). Eneseanalüüsi test. Miniuurimus. Lahendus.net. Peaasi. Noorte vaimse tervise portaal. Lapsemure.ee. Lastekriis.ee. Eluliin.ee. Lasteabi.ee. Kliinik.ee. Hasartmängusõltuvuse nõustamiskeskus. Psühholoogilise ja psühhiaatrilise abi võimalusi Tallinnas. Sinamina.ee</p>
<p>Õpilane:</p> <p>1) oskab selgitada vajaduste, eesmärkide ja motivatsiooni seoseid;</p> <p>2) rakendab õpituatsioonis oskust seada lühi- ja pikaajalisi eesmärke ning plaanida nende saavutamiseks vajalikke tegevusi.</p>	<p>Vajadused, eesmärgid ja motivatsioon (1 tund)</p>	<p>Motivatsiooniteooriad. Sisemine ja välimine motivatsioon</p>	<p>Üleklassitöö: külalisesineja loeng, suunatud arutelu: ringi meetod. 100 sekundi video. Miks dieedi pidamine nii tihti nurjub?</p> <p>Koosõppimine: paaritöö, rühmatöö diskussioon: mis mind motiveerib? Maailmakohvik – kooli ja õpetajate roll õpilaste motiveerimisel. Juhtumianalüüs. Kunsti ja kirjandusteose analüüs</p> <p>Iseõppimine: loovtöö – minu eesmärgid. Mis mind motiveerib? Intervjuu tuntud inimesega</p>
<p>Õpilane</p> <p>1) teab bioloogilise ja kultuurilise motivatsiooni avaldumise vorme ning oskab tuua nende kohta näiteid;</p> <p>2) oskab kirjeldada inimese saavutusvajaduse rahuldamise võimalusi erinevates tegevusvaldkondades.</p>	<p>Bioloogiline ja kultuuriline motivatsioon. Saavutusvajadus (1 tund)</p>		<p>Üleklassitöö. Ümberpööratud klassiruum (nt veebiseminar). Õpilaste ettekanded. Loeng, suunatud arutelu</p> <p>Koosõppimine: paaritöö, rühmatöö. Juhtumianalüüs. Ajaloo suurkujud ja motivatsioon. Võimuvajadus</p> <p>Iseõppimine: essee, miniuurimus. Uurimuse ettekanne. Kirjandusteose analüüs. Harald Lepisk. Enesemotiveerimine</p>
<p>Lõiming teiste õppeainetega Bioloogia: emotsioonid ja füsioloogia, bioloogiline motivatsioon</p>			

Kirjandus: tuntud kirjanike elulood ja teosed
Muusika ja kunst: tuntud kunstnike ja muusikute isiksused, looming ning elulood
Ajalugu ja ühiskonnaõpetus: emotsioonid kui otsustusprotsesside mõjutajad. Sotsiaalne ja kultuuriline motivatsioon, saavutusvajadus, eneseteostus. Emotsioonid ja kultuur. Silmapaistvad ajaloolised isiksused

Kujundatavad üldpädevused

Sotsiaalne, enesemääratlus- ja õpipädevus, suhtluspädevus

Läbivate teemade rakendamise võimalusi

Elukestev õpe ja karjääri planeerimine, kultuuriline identiteet, teabekeskond, tervis ja ohutus

8. Individuaalsed erinevused (4 tundi)

<p>Õpilane: 1) oskab selgitada isiksuse viiefaktorilist käsitlust, tuues selle kohta näiteid; 2) mõistab pärilikkuse ja keskkonna osa isiksuseomaduste kujunemises.</p>	<p>Isiksus, isiksuseomadused. Isiksuse bioloogilised alused (2 tundi)</p>	<p>Isiksuseteadooriad</p>	<p>Üleklassitöö: loeng-diskussioon, videoloengud. Kenn Konstabel. Tartu Ülikooli Televisioon. Individuaalsed erinevused. Isiksusepsühholoogia loengud. Vahukommi test</p> <p>Koosõppimine: filosofoerimine, aaretejaht. Ühiskirjutamine</p> <p>Iseõppimine: loovtöö (muusika, kunst, kirjandusteose analüüs, essee)</p>
<p>Õpilane: 1) teab isiksuseomaduste mõõtmise põhilisi meetodeid psühholoogias; 2) oskab tuua näiteid üld- ja erivõimekuse väljendumise ning rakendamise võimaluste kohta inimestel; 3) teab intelligentsuskoefitsiendi tähendust.</p>	<p>Vaimsed võimed: üldvõimekus ja erivõimekused. IQ (1 tund)</p>	<p>Vaimsete võimete roll igapäevaelus. Vaimsete võimete mõõtmine</p>	<p>Üleklassitöö: loeng, videoloengud, probleemülesanne ja suunatud arutelu. Kenn Konstabel. Tartu Ülikooli Televisioon. Individuaalsed erinevused; intelligentsus. Mare Teichmann. Tallinna Tehnikakõrgkool. Eneaneanalüüs</p> <p>Koosõppimine: aaretejaht; testide näited, testimise eetika, arutelu ja analüüs</p> <p>Iseõppimine: võimekustestide lahendamine, analüüs, loovtöö (muusika, kunst, kirjandusteose analüüs, essee). Kaia Kastepõld-Tõrs. Läbi eneseanalüüsi õnnelikkuse poole</p>

<p>Õpilane mõistab normi ja hälbumuse suhtelisust ning väärtustab inimeste erinevusi.</p>	<p>Individuaalsed erinevused, norm ja hälbumus (1 tund)</p>	<p>Psühhopaatoloogia ja ravivõimalused</p>	<p>Üleklassitöö: õpilasettekanded, loeng, video. Arutelu</p> <p>Koosõppimine: juhtumianalüüs, arutelu normi ja hälbumuse üle. Vaimse tervise probleemid koolis, HEV-lapsed. Maailmakohvik. Kiusamisvaba kool. Psühhopaatoloogia. Diskussioon</p> <p>Iseõppimine: töö lisakirjandusega, ettekanne. Thea Rumberg-Torga. Psühhopaatoloogia käsitlemisest psühholoogia tunnis</p>
<p>Lõiming teiste õppeainetega</p> <p>Bioloogia: vaimsed võimed ja pärilikkus, isiksuse bioloogilised alused, vaimse ja füüsilise tervise seos, tervislik eluviis ja vaimne tervis</p> <p>Kirjandus: kirjandusteosed kui vaimseuse kandjad, tuntud kirjanike elulood ja teosed</p> <p>Muusika ja kunst: tuntud kunstnike ja muusikute isiksused, looming ja elulood</p> <p>Ühiskonnaõpetus: kultuuride erinevused, võrdõiguslikkus ja diskrimineerimine, mitmekultuuriline ühiskond</p> <p>Kujundatavad üldpädevused</p> <p>Sotsiaalne, enesemääratlus- ja õpipädevus, suhtluspädevus, väärtuspädevus</p> <p>Läbivate teemade rakendamise võimalusi</p> <p>Elukestev õpe ja karjääri planeerimine, kultuuriline identiteet, teabekeskond, tervis ja ohutus</p>			
<p>9. Sotsiaalsed protsessid (5 tundi)</p>			
<p>Õpilane mõistab ning selgitab kultuurilise ja rahvusliku identiteedi kujunemise mehhanisme.</p>	<p>Sotsiaalne võrdlemine ja identiteet (1 tund)</p>	<p>Vead sotsiaalses tajus</p>	<p>Üleklassitöö: õpilasettekanded, suhtlemismäng, loeng, suunatud arutelu</p> <p>Koosõppimine: ajurünnak. Ümberpööratud klassiruum (nt veebiseminar)</p> <p>Iseõppimine: eksperimendi plaanimine, tegemine; loovtöö (video, elektrooniline õppematerjal, test). Astra Schults, Kristiina Tropp. Sotsiaalsed protsessid</p>

<p>Õpilane analüüsib, kuidas esmamulje, eelarvamused ja stereotüübid mõjutavad inimeste sotsiaalset taju, ning toob selle kohta näiteid.</p>	<p>Sotsiaalne taju. Esmamulje, eelarvamused, stereotüübid (2 tundi)</p>	<p>Kultuuridevaheline psühholoogia</p>	<p>Üleklassitöö: õpilaste ettekanded, eksperimendi analüüs. Esinemine töövestlusel. CV keskuse videomõistatused. Loeng, video, suunatud arutelu</p> <p>Koosõppimine: filosoferimine, video ja juhtumianalüüs, rollimäng. Ühiskirjutamine</p> <p>Iseõppimine: essee. Reklaami analüüs</p>
<p>Õpilane: 1) analüüsib õpituatsioonis näidete toel rühmas toimivate protsesside (sünergia, vastutuse hajumise, konformsuse, rühmamõtlemise) mõju inimese käitumisele, seostades seda igapäevaeluga; 2) väärtustab vajadust seista vastu rühmasurvele, mis õhutab ennast ja teisi kahjustavalt käituma, ning demonstreerib õpituatsioonis tõhusaid käitumisviise.</p>	<p>Rühmaprotsessid – sünergia, vastutuse hajumine, konformsus, rühmamõtlemine (2 tundi)</p>	<p>Inimese käitumine massides</p>	<p>Üleklassitöö: loeng-diskussioon</p> <p>Koosõppimine: filmi/kirjandusliku allika analüüs, rühmatöö, rollimäng, foorumteater. Maailmakohvik. Kuue mõttemüsi meetod</p> <p>Iseõppimine: eksperimendi plaanimine, ettekanne, analüüs. Loovtöö</p>
<p>Lõiming teiste õppeainetega Bioloogia: inimese meeled ja aistingud Kirjandus: kirjandusteosed kui sotsiaalsete protsesside peegeldajad. Tuntud kirjanike elulood ja teosed Muusika ja kunst: tuntud kunstnike ja muusikute isiksused, looming ning elulood Ühiskonnaõpetus ja ajalugu: stereotüübid ning eelarvamused, meedia ja reklaamivõtted, sotsiaalne taju, rühmaprotsessid, mõjutamine, võim, otsustusprotsessid ühiskonnas</p>			

<p>Kujundatavad üldpädevused Sotsiaalne, enesemääratlus- ja õpipädevus, suhtluspädevus, väärtuspädevus</p> <p>Läbivate teemade rakendamise võimalusi Elukestev õpe ja karjääri planeerimine, kultuuriline identiteet, teabekeskond, tervis ja ohutus, väärtused ja kõlblus</p>			
<p>10. Psühholoogia rakendused (2 tundi)</p>			
<p>Õpilane: 1) oskab kirjeldada psühholoogi tööd eri valdkondades ning väärtustab üldnimlikke eetilisi printsiipe psühholoogias; 2) mõistab psühholoogiateadmiste olulisust ning väärtuslikkust enda ja teiste käitumist seletades.</p>	<p>Psühholoogi elukutse ja psühholoogia rakendused. Psühholoogiateaduste rakendamine igapäevaelus (2 tundi)</p>	<p>Psühholoogia õppimine. Psühholoogi ameti kutsestandardid</p>	<p>Üleklassitöö: külalisesineja, loeng (psühholoogi elukutse, õppimisvõimalused). Ringi meetod</p> <p>Koosõppimine: rühmatöö (psühholoogiateadmised igapäevaelus), juhtumianalüüs</p> <p>Iseõppimine: õpilasettekanded. Eneseanalüüs. Kursuse kokkuvõtted (õpimapi analüüs jms). Tartu Ülikooli sotsiaalteaduste valdkond. Tartu Ülikooli psühholoogia instituut. Tallinna Ülikooli psühholoogia instituut. Tartu Ülikool: psühholoogia õppimine kõrvalerialana. Kaili Palts. Psühholoogiaalase teabe vajalikkusest tänapäeva infoühiskonnas. Innove: Rajaleidja. Eesti Koolipsühholoogide Ühing. Kutsekoda: koolipsühholoogi kutsestandard</p>
<p>Lõiming teiste õppeainetega Bioloogia: neuropsühholoogia, kliiniline psühholoogia, psühhopatoloogia. Vaimne tervis, uni, kehaline aktiivsus Ühiskonnaõpetus: nõustamispsühholoogia, tööstuspsühholoogia, sotsiaalpsühholoogia, juhtimispsühholoogia, rühmapsühholoogia, õiguspsühholoogia jne Muusika ja kunst: muusika- ja kunstipsühholoogia Kehaline kasvatus: spordipsühholoogia</p> <p>Kujundatavad üldpädevused Sotsiaalne, enesemääratlus- ja õpipädevus, suhtluspädevus</p> <p>Läbivate teemade rakendamise võimalusi Elukestev õpe ja karjääri planeerimine, teabekeskond, tervis ja ohutus</p>			

