**Lõiming ja läbivad teemad**

**Gümnaasium. Inimeseõpetuse valikkursus „Psühholoogia“**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Teema** | **Õppesisu** | **Õpitulemused** | **Läbivad teemad** | **Lõiming e sidusus** |
| **1. Psühholoogiateadus**  **2. Tunnetuse ja tegevuse bioloogiline alus**  **3. Taju ja tähelepanu**  **4. Mälu**  **5. Õppimine**  **6. Mõtlemine**  **7. Emotsioonid ja motivatsioon**  **8. Individuaalsed erinevused**  **9. Sotsiaalsed protsessid**  **10. Psühholoogia rakendused** | Psühholoogia kui teadus. Teaduslik psühholoogia ja rahvapsühholoogia. Psühholoogia  uurimismeetodid.  Psühholoogia harud ja seos teiste teadustega.  Inimese närvisüsteem: perifeerne ja kesknärvisüsteem. Närviraku ehitus ja talitlus. Meeleelundid  ja aistingud.  Taju ja selle omadused. Tajukujundi tekkimine. Tajuliigid: sügavus-, liikumis-, ruumitaju.  Tahtlik ja tahtmatu tähelepanu.  Mälu. Töömälu ja pikaajaline mälu. Episoodiline, semantiline ja protseduuriline mälu.  Mäluprotsessid: salvestamine, meenutamine, unustamine.  Õppimine, teadmised ja oskused. Õppimise viisid: harjumine, tingimine, sotsiaalne õppimine,  teadmiste konstrueerimine.  Mõtlemine. Mõtlemise elemendid: kujundid, mõisted, skeemid.  Keel ja mõtlemine.  Probleemide lahendamine ja loov mõtlemine.  Emotsioon. Emotsiooni komponendid. Põhiemotsioonid ja emotsioonide väljendamine.  Vajadused, eesmärgid ja motivatsioon. Bioloogiline ja kultuuriline motivatsioon. Saavutusvajadus.  Isiksus, isiksuseomadused. Isiksuse bioloogilised alused. Vaimsed võimed: üldvõimekus ja  erivõimekused. IQ. Individuaalsed erinevused, norm ja hälbivus.  Sotsiaalne võrdlemine ja identiteet. Sotsiaalne taju. Esmamulje, eelarvamused, stereotüübid.  Rühmaprotsessid – sünergia, vastutuse hajumine, konformsus, rühmamõtlemine.  Psühholoogi elukutse ja psühholoogia rakendused. Psühholoogiateadmiste rakendamine  igapäevaelus. | 1) kirjeldab teadusliku psühholoogia ja rahvapsühholoogia erinevusi;  2) eristab psühholoogia põhilisi harusid ning mõistab seoseid teiste teadustega;  3) teab psühholoogia põhilisi uurimismeetodeid (kirjeldavad, korrelatiivsed,  eksperimentaalsed) ning toob näiteid psühholoogia teaduslike uurimuste kohta;  4) väärtustab psühholoogiliste nähtuste seletamisel teaduslikku käsitlust.  1) kirjeldab inimese perifeerse ja kesknärvisüsteemi ehitust ning talitlust;  2) kirjeldab närviraku ehitust ja talitlust;  3) selgitab meelelise tunnetuse olemust ja liigitab aistinguid, tuues näiteid igapäevaelust.  1) selgitab taju ülesandeid ja tajukujundite tekkimist lähtuvalt taju omadustest;  2) teab, kuidas võivad taju omadused (piirid, kujunemise aeg, kestus, püsivus, ruumiline ja  ajaline vastasmõju) mõjutada tajukujundi tekkimist;  3) kirjeldab ja toob näiteid tajuliikide (sügavus-, liikumis- ja ruumitaju) kohta;  4) eristab tahtlikku ja tahtmatut tähelepanu ning kirjeldab nende mõju oma õpitegevusele.  1) kirjeldab töömälu ja pikaajalist mälu ning toob näiteid nende olemasolu kohta, toetudes  teaduslikule käsitlusele;  2) kirjeldab ja toob isiklikest kogemustest näiteid episoodilise, semantilise ja protseduurilise  mälu kohta;  3) kirjeldab tähelepanu, infotöötluse sügavuse ja info kokkupakkimise mõju informatsiooni  salvestamisele mälus;  4) teab unustamise põhjusi ning kirjeldab meenutamise tõhusamaks muutmise teid  õpitegevustes.  1) teab, mis on õppimine, ning selgitab, kuidas omandatakse teadmisi ja oskusi;  2) teab ja kirjeldab erinevaid õppimise viise: harjumine, tingimine, sotsiaalne õppimine,  teadmiste konstrueerimine;  3) toob näiteid õppimise viiside rakendumise kohta õpitegevustes ning oskab analüüsida oma  õpitegevusi.  1) eristab ja kirjeldab mõtlemise elemente (kujundeid, mõisteid ja skeeme) ning selgitab keele  ja mõtlemise seoseid;  2) teab probleemide lahendamise etappe ja takistusi probleemide lahendamisel, tuues näiteid  protsessi kirjelduse ja takistuste kohta;  3) kirjeldab teadmiste ja kogemuste mõju probleemide lahendamisele ning loovale  mõtlemisele ning toob isiklikust kogemusest näiteid selle kohta;  4) kirjeldab õppeülesandeid, läbides probleemi lahendamise etappe ja takistusi õppeülesande  käigus, ning analüüsib probleemilahendust tagasivaateliselt.  1) teab, mis on emotsioon ja millised on põhiemotsioonid, ning kirjeldab, kuidas emotsioonid  väljenduvad füsioloogiliselt, tunnetuslikult ja käitumises;  2) väärtustab emotsioonide väljendusviise, mis ei kahjusta ennast ega teisi, ning  demonstreerib neid õpisituatsioonis;  3) selgitab vajaduste, eesmärkide ja motivatsiooni seoseid;  4) demonstreerib õpisituatsioonis oskust seada lühi- ja pikaajalisi eesmärke ning planeerida  nende saavutamiseks vajalikke tegevusi;  5) selgitab ja toob näiteid bioloogilise ja kultuurilise motivatsiooni avaldumisvormide kohta;  6) kirjeldab inimese saavutusvajaduse rahuldamise võimalusi erinevates tegevusvaldkondades.  1) kirjeldab isiksuse viiefaktorilist käsitlust, tuues selle kohta näiteid;  2) selgitab pärilikkuse ja keskkonna osa isiksuseomaduste kujunemises;  3) teab isiksuseomaduste mõõtmise põhilisi meetodeid psühholoogias;  4) toob näiteid üld- ja erivõimekuse väljendumise ning rakendamise võimaluste kohta  inimestel;  5) selgitab intelligentsuskoefitsiendi tähendust;  6) mõistab normi ja hälbivuse suhtelisust ning väärtustab inimeste erinevusi.  1) selgitab kultuurilise ja rahvusliku identiteedi kujunemise mehhanisme;  2) analüüsib, kuidas esmamulje, eelarvamused ja stereotüübid mõjutavad inimeste sotsiaalset  taju, ning toob selle kohta näiteid;  3) analüüsib rühmas toimuvate protsesside (sünergia, vastutuse hajumise, konformsuse,  rühmamõtlemise) mõju inimese käitumisele, seostades seda igapäevaeluga;  4) väärtustab vajadust seista vastu rühmasurvele, mis õhutab ennast ja teisi kahjustavalt  käituma.  1) selgitab psühholoogi tööd eri valdkondades ning teadvustab eetilisi printsiipe  psühholoogias;  2) mõista psühholoogiateadmiste olulisust ning väärtuslikkust enda ja teiste käitumise seletamisel. | Läbiv teema „Elukestev õpe ja karjääri planeerimine” – inimeste erinevate tegevusalade areng eri  ajajärkudel, majanduslikud protsessid ühiskonnas ning nende mõju inimtegevusele; elukestva õppe  väärtustamine ning koostööoskuse kujundamine erinevate õpitegevuste, sh õppekäikude kaudu,  mis toetavad kokkupuudet erinevate elukutsetega; töösuhteid käsitlevad õigusaktid.  Läbiv teema „Keskkond ja jätkusuutlik areng” – keskkonna kui terviku väärtustamine, inimtegevuse  mõju keskkonna arengule ja keskkonnaprobleemide lahendamisele, inimkonna  kultuurilise, sotsiaalse, majandusliku, tehnoloogilise ja inimarengu erinevate tunnuste vastastikuse  seotuse mõistmine, inimtegevusega kaasnevad riskid; isiklike seisukohtade kujundamine  keskkonnaküsimustes, sotsiaalse aktiivsuse olulisus.  Läbiv teema „Kodanikualgatus ja ettevõtlikkus” – demokraatliku ühiselu korraldamise  väärtustamine, koostööoskus, algatusvõime toetamine ja vabatahtlikkusel põhineva tegutsemise  väärtustamine; ettevõtlikkuse ja kodanikualgatuse roll ühiskonnas.  Läbiv teema „Kultuuriline identiteet” – roll kultuuri kandjana, edasiviijana ja kultuuride  vahendajana; kultuuridevahelise suhtlemise ja koostöö tähtsuse mõistmine; osalemine  kultuuridevahelises kommunikatsioonis; sallivuse, oma kultuuri ja teiste kultuuride pärandi  väärtustamine, diskrimineerimise taunimine; mineviku ja tänapäeva ühiskondade kultuurilise  mitmekesisuse teadvustamine ning tunnustamine.  Läbiv teema „Teabekeskkond” – oma teabevajaduste määramine ja sobiva teabe leidmine;  kriitilise teabeotsingu ja -analüüsi oskuste arendamine; meedia toimimise ja mõju teadvustamine;  avalikus ruumis (sh teabekeskkonnas) kehtivate reeglite tundmine ning autoriõiguste kaitse  järgimine.  Läbiv teema „Tehnoloogia ja innovatsioon” – tehnoloogiliste uuenduste mõju inimeste töö- ja  eluviisile, elukvaliteedile ning keskkonnale nii tänapäeval kui ka minevikus; tehnoloogiate  toimimise ja arengusuundade tundmine erinevates eluvaldkondades; tehnoloogiliste, majanduslike,  sotsiaalsete ning kultuuriliste uuenduste vastastikused mõjud; tehnoloogilise arengu positiivsed ja  negatiivsed mõjud ning tehnoloogia arengu ja selle kasutamise eetilised küsimused; info- ja  kommunikatsioonitehnoloogia (IKT) kasutamine eluliste probleemide lahendamiseks ning oma  õppimise ja töö tõhustamiseks.  Läbiv teema „Tervis ja ohutus” – käitumisviiside ohutustaseme ning lühi- ja pikaajaliste  tagajärgede analüüsimine tervise ja turvalisuse seisukohalt; alkoholi ja tubaka, keskkonna ja  ühiskonna (sh eakaaslaste) mõju analüüsimine tervisele ning ohutusalaste otsuste langetamisele.  Läbiv teema „Väärtused ja kõlblus” – väärtuste ja kõlbeliste normide analüüsimine; erinevate  väärtussüsteemide ning nende seoste tundmine ajaloolis-kultuurilises kontekstis, religiooni ja  maailmavaatega seoses; isiklike väärtushoiakute ja kõlbeliste tõekspidamiste refleksioon; erinevate  vaadete ja seisukohtade arvestamine oma tegevust planeerides; mitmekesisuse kui ühiskonna  rikkuse ja arengu tingimuse väärtustamine. | Sotsiaalained on teiste ainevaldkondadega seotud valdkonnapädevuste kujundamise kaudu.  Suhtluspädevus – suutlikkus väljendada ennast selgelt ja asjakohaselt nii suuliselt kui ka  kirjalikult, lugeda ja mõista erinevaid tekste; kasutada kohaseid keelevahendeid ja sobivat stiili  ning ainealast sõnavara ja väljendusrikast keelt, järgida õigekeelsusnõudeid. Lisaks tähtsustuvad  teksti kriitilise analüüsi oskus, meediakirjaoskus, info hankimine ja selle kriitiline hindamine,  tööde vormistamine ning autoriõiguse kaitse.  Võõrkeeltepädevus – teadmised erinevatest kultuuridest ja traditsioonidest, oma kultuuri ja teiste  kultuuride erinevuste mõistmine ning lugupidamine teiste keelte ja kultuuride vastu; suhtlemine  mitmekultuurilises ühiskonnas; võõrkeeleoskus.  Matemaatikapädevus – ajaarvamine; ressursside planeerimine (aeg, raha); matemaatiline  kirjaoskus, arvandmete esitlemine ja tõlgendamine (graafikud, tabelid, diagrammid); oskus  probleeme püstitada, sobivaid lahendusstrateegiaid leida ja neid rakendada, lahendusideid  analüüsida ning tulemuse tõesust kontrollida; oskus loogiliselt arutleda, põhjendada ja tõestada  ning väärtustada matemaatilist käsitlust kui analüüsimeetodit.  Loodusteaduslik pädevus – geograafilise asendi ja looduskeskkonna mõju inimühiskonna  arengule, inimese areng ja rahvastikuprotsessid; majanduse ressursid; ühiskonna jätkusuutlikkus,  säästlik tarbimine, üleilmastumine, globaalprobleemide, sh keskkonnaprobleemide märkamine,  mõistmine ning jätkusuutliku ja vastutustundliku, sh loodushoidliku eluviisi väärtustamine.  Tehnoloogiline pädevus – ametid ja elukutsed erinevates ühiskondades, tehnika ja tootmise arengu  seos muutustega ühiskonnas; tööturg, kutsesuunitlus ja karjääri planeerimine; oskus hinnata  tehnoloogia rakendamisega kaasnevaid võimalusi ja ohte; mõista tehnoloogia nüüdisaegseid  arengutrende ning tehnoloogia ja teaduse omavahelisi seoseid; rakendada tänapäevaseid  tehnoloogiaid tõhusalt ja eetiliselt oma õpi-, töö- ja suhtluskeskkonna kujundamisel; kasutada  tehnilisi vahendeid eesmärgipäraselt ning säästlikult, järgides seejuures ohutuse ja autoriõiguste  kaitse nõudeid.  Kunstipädevus – Eesti, Euroopa ja erinevate maailma rahvaste kultuuri teemade käsitlemine ja  kultuuriloomingu väärtustamine, iluhinnangute muutumine ajas; esteetiline areng ja eneseteostus,  rahvakultuur, loominguline eneseväljendusoskus.  Kehakultuuripädevus – suutlikkus mõista ja väärtustada kehalise aktiivsuse tähtsust tervisliku  eluviisi osana erinevatel ajastutel, meditsiinisaavutuste rolli ühiskonna arengus; arendada sallivat  suhtumist kaaslastesse ning järgida ausa koostöö põhimõtteid. |