

SOTSIAALSETE OSKUSTE TREENINGU AINEKAVA

Üldalused

Sotsiaalvaldkondlik pädevus

Ainevaldkonna õppeaine õpetamise eesmärk põhikoolis on kujundada õpilastes eakohane sotsiaalvaldkondlik pädevus: suutlikkus mõista toimuvate muutuste põhjusi ja tagajärgi; tunda ning austada inimõigusi ja käituda nendega kooskõlas; järgida üldtunnustatud käitumisreegleid; kujundada oma arvamust ning olla aktiivne ja vastutustundlik inimene.

Sotsiaalainete õpetamise kaudu taotletakse, et põhikooli lõpuks õpilane:

- 1) mõistab toimuvate muutuste põhjusi ja tagajärgi;
- 2) valdab adekvaatset minapilti, oskab analüüsida oma võimalusi ja kavandab neist lähtuvalt tulevikuplaane;
- 3) tunneb ning austab inimõigusi, järgib üldtunnustatud käitumisreegleid ning on seaduskuulekas;
- 4) huvitub iseenda arengust, kujundab oma arvamust ning mõistab oma võimalusi olla aktiivne ja vastutustundlik inimene;
- 5) suhtub lugupidavalt individuaalsetesse erinevustesse juhul, kui need pole inimväärikust alandavad;
- 7) käitub üldtunnustatud sotsiaalsete normide ja suhtlemistavade järgi, mis aitavad toime tulla eakaaslaste hulgas, perekonnas, kogukonnas ning ühiskonnas, väärtustades neid;
- 8) on omandanud teadmisi ja oskusi enesekontrolli, enesekasvatuse, oma võimete arendamise kohta ning suhtub positiivselt endasse ja teistesse;
- 9) hindab inimväärikust, võrdõiguslikkust, ausust, hoolivust, sallivust, vastutustunnet, õiglust ning tunneb austust enda, teiste inimeste ja keskkonna vastu.

Ainevaldkonna aine ja maht

Ainevaldkonna õppeaine on sotsiaalse kompetentsuse treenimise meetod (agressiivsuse asendamise treening ehk AAT). Õppeaine kavas esitatud taotletavaid õpitulemusi ja õppesisu koostades on aluseks võetud arvestuslik nädalatundide jagunemine kooliastmeti alljärgnevalt:

I kooliaste

sotsiaalsed oskused (mänguline tund) – 1 nädalatund

II kooliaste

sotsiaalsed oskused – 2 nädalatundi

III kooliaste

sotsiaalsed oskused – 1 nädalatund

Õppeaine nädalatundide jagunemine kooliastmete sees määratakse kooli õppekavas arvestusega, et taotletavad õpitulemused ning õppe- ja kasvatuseesmärgid oleksid saavutatud.

Ainevaldkonna kirjeldus

Aine sotsiaalse kompetentsuse treeningus (edaspidi AAT) käsitletakse inimese toimimist. Selle vahendusel kujundatakse õpilaste oskusi näha enda ja teiste tegevustes põhjus-tagajärg seoseid ning teha teadlikke valikuid, lähtudes kehtivatest väärtustest ja moraalinormisest. Õppe vältel kujundatakse õpilastes tahet toimida kõlbelise ja vastutustundliku isiksusena.

Aine koosneb kolmest moodulist:

- 1) Prosotsiaalse oskuste treening on abiks suhtlusoskuste ja agressiivsusega toimetuleku õppimisel. Arenevad suhtlemisoskused ning omandatud teadmised aitavad õpilasel vältida kaaslastega konflikte. Aine vahendusel suunatakse õpilane teadvustama, analüüsima ja kriitiliselt hindama ning tõlgendama oma tegevusi, nende omavahelisi seoseid.
- 2) Viha ohjamise treening õpetab õpilasele ohjama oma viha.

3) Kõlbelise ehk moraalse arutlemise treeningu kaudu on võimalik aidata õpilasel omandada küpsem kõlbeline tunnetus.

Aine on toeks, et õpilasel areneks suutlikkus analüüsida oma käitumist ja selle tagajärgi, sobival viisil väljendada oma tundeid, aktseptida inimeste erinevusi ning arvestada neid suheldes; ennast kehtestada, seista vastu ebaõiglusele viisil, mis ei kahjusta enda ega teiste huve ega vajadusi. Õppeaine kaudu õpitakse tundma ning järgima väärtusi, norme ja reegleid, omandatakse teadmisi, oskusi ja hoiakuid sotsiaalselt aktseptitud käitumisest ning inimeste vastastikustest suhetest, mis aitavad kaasa tõhusale kohanemisele ja toimetulekule perekonnas, eakaaslaste hulgas, kogukonnas ning ühiskonnas.

Üldpädevuste kujundamise võimalusi

Sotsiaalne valdkonna õppeaine õppimise kaudu kujundatakse õpilastes riiklikus õppekavas kirjeldatud üldpädevusi. Pädevustes eristatava nelja omavahel seotud komponendi – teadmiste, oskuste, väärtushinnangute ning käitumise – kujundamisel on kandev roll grupil, kelle väärtushinnangud, suhtlemis- ja sotsiaalsed oskused loovad sobiliku õpikeskkonna ning mõjutavad õpilaste väärtushinnanguid ja käitumist.

Kultuuri- ja väärtuspädevuse ning sotsiaalse ja kodanikupädevuse kujundamist toetab ainevaldkonna õppeaine erinevate rõhuasetuste kaudu. Suutlikkust mõista inimlikkust, võrdsust ja nendest oma tegutsemises juhinduda. Sotsiaalne süvendab lugupidavat suhtumist erinevatesse tõekspidamistesse, toetab väärtussüsteemide mõistmist, mõtete, sõnade ja tunnetega koosõlas elamist, oma valikute põhjendamist ning enda heaolu kõrval teiste arvestamist.

Enesemääratluspädevuse aluseks on suutlikkus mõista ja hinnata iseennast; hinnata oma nõrku ja tugevaid külgi ning arendada positiivset suhtumist endasse ja teistesse; lahendada tõhusalt ja turvaliselt iseendaga, oma vaimse, füüsilise, emotsionaalse ning sotsiaalse tervisega seonduvaid ja inimsuhetes tekkivaid probleeme.

Õpipädevusi aitab kujundada õpilase suutlikkus organiseerida õpikeskkonda, samuti oma õppimise plaanimist ning õpitu kasutamist erinevates kontekstides ja probleeme lahendades.

Õppetegevuse ja tagasiside kaudu omandavad õppijad eneseanalüüsi oskuse ning suudavad selle järgi kavandada oma edasiõppimist.

Suhtluspädevus. Õppeaine kujundab suutlikkust ennast selgelt ja asjakohaselt väljendada erinevates suhtlusolukordades.

Ettevõtlikkuspädevus. Õppeaine õpetab nägema probleeme ja neis peituvaid võimalusi, seadma eesmärged, genereerima ideid ning neid ellu viima. Aineõpetuse kaudu kujundatakse algatusvõimet ja vastutustunnet, et teha eesmärkide saavutamiseks koostööd; õpitakse tegevust lõpule viima, reageerima paindlikult muutustele, võtma arukaid riske ning tulema toime ebakindlusega; õpitakse ideede teostamiseks valida sobivaid ja loovaid meetodeid, mis toetuvad olukorra, enda suutlikkuse ja ressursside adekvaatsele analüüsile ja tegevuse tagajärgede prognoosile ning on kooskõlas eesmärkidega.

Läbivate teemade rakendamise võimalusi

Elukestev õpe ja karjääri plaanimine. Kujundatakse iseseisva õppimise oskus, mis on tähtis alus elukestva õppe harjumuste ja hoiakute omandamisele. Sotsiaalainete kaudu kujundatakse hoiakuid, mida on õpilasele vaja tulevases tööelus. Kujundatakse arusaama ühiskonnas toimuvate muutuste põhjustest ja tagajärgedest ning sellest, mil moel mõjutavad need õpilase valikuid ja tulevikku määravaid otsuseid. Õpilane hakkab analüüsima oma võimeid, oskusi ja väärtusi.

Keskkond ja jätkusuutlik areng. Toetatakse õpilase kujunemist sotsiaalselt aktiivseks, vastutustundlikuks ja teadlikuks inimeseks, kes püüab leida lahendusi inimarengu küsimustele, pidades silmas nende jätkusuutlikkust.

Kodanikualgatus ja ettevõtlikkus. Toetatakse õpilase kujunemist aktiivseks ning vastutustundlikuks kogukonna- ja ühiskonnaliikmeks, kes mõistab ühiskonna toimimise põhimõtteid ja mehhanisme ning on seeläbi ühiskonda lõimitud.

Kultuuriline identiteet. Toetatakse õpilase kujunemist inimeseks, kes mõistab inimeste mõtte- ja käitumislaidi kujundamist. Inimeseks, kellel on ettekujutus kultuuride mitmekesisusest ning kes väärtustab omakultuuri ja kultuurilist mitmekesisust, on salliv ja koostööaldis.

Teabekeskond. Toetatakse õpilase kujunemist infoteadlikuks inimeseks, kes tajub ja teadvustab ümbritsevat infokeskkonda ning suudab seda kriitiliselt analüüsida ja selles toimida olenevalt oma eesmärkidest ning ühiskonnas omaks võetud kommunikatsioonieetikast.

Tervis ja ohutus. Toetatakse õpilase kasvamist vaimselt, emotsionaalselt ja füüsiliselt terveks ühiskonnaliikmeks, kes on võimeline käituma turvaliselt ning kujundama tervet keskkonda.

Väärtused ja kõlblus. Toetatakse õpilase kujunemist kõlbliselt arenenud inimeseks, kes mõistab üldinimlikke ja ühiskondlikke väärtusi ja kõlbluspõhimõtteid, järgib neid koolis ja väljaspool kooli, ei jää ükskõikseks, kui neid eiratakse, ning sekkub vajaduse korral oma võimaluste piires.

Õppetegevuse kavandamine ning korraldamine

Õppetegevust kavandades ja korraldades:

1. lähtutakse õppekava alusväärtustest, üldpädevustest, õppeaine eesmärkidest, õppesisust ja oodatavatest õpitulemustest ning toetatakse lõimingut teiste õppeainete ja läbivate teemadega;
2. võimaldatakse nii üksi- kui ka ühisõpet (iseseisvad, paaris- ja rühmatööd ning teised kooperatiivse õppimise vormid), et toetada õpilaste kujunemist aktiivseiks ja iseseisvaiks õppijaiks ning loovaiks ja kriitiliselt mõtlevaiks ühiskonnaliikmeiks;
3. arendatakse õpilaste teadmisi, oskusi ja hoiakuid, sealjuures on põhiorhk hoiakute kujundamisel;
4. arvestatakse õpilaste võimeid ja suutlikkust, kohalikku eripära ning muutusi ühiskonna;
5. kasutatakse mitmekülgset õppemeetodite valikut rõhuasetusega aktiivõppemeetodeile: vestlus, arutelu, diskussioon, juhtumianalüüs, paaristöö, projektõpe, rollimäng, rühmatöö, ajurünnak; kujutluse loomine, tegevuspõhine õpe (nt dramatiseeringud, ühistegevus);
6. luuakse võimalused koostada õpimapp (nt töölehtede täitmine, klassielu reeglite, koostamine);
7. I võimaldatakse siduda õpet koolivälise eluga (kohtuda erinevate inimestega, kaasata vanemaid jne), et kogu ainekäsitus oleks võimalikult elulähedane.

Hindamise alused

Hindamise põhiülesanne on toetada õpilase arengut, et kujuneks positiivne minapilt ja adekvaatne enesehinnang. Hindamisel lähtutakse vastavatest põhikooli riikliku õppekava üldosa sätetest. Hinnatakse arvestuslikult.

Hoiakute ja väärtuste kohta (nt huvi tundmine, tähtsuse mõistmine, väärtustamine, vajaduste arvestamine, reeglite järgimine) antakse tagasisidet.

Füüsiline õpikeskkond

Kool korraldab õppe klassis, kus on:

- 1) olla turvaline ja mis on eraldiseisev;
- 2) mööbli ümberpaigutamise võimalus rühmatööks ning toetavad demonstratsioonivahendid;
- 3) audiovisuaalse materjali kasutamise võimalus.

Kool võimaldab:

- 1) korraldada õppe sidumiseks igapäevaeluga õpet ja õppekäike väljaspool klassiruumi vähemalt kaks korda õppeaasta jooksul;
- 2) kasutada klassiruumis ainekava eesmärgi toetavaid õppematerjale ja -vahendeid:
 - a) illustratiivne pildimaterjal (fotod, karikatuurid jms);
 - b) IKT-põhised õppematerjalid.

Ainekava

Õppe- ja kasvatuseesmärgid

AAT treeninguga taotletakse, et põhikooli lõpetaja:

- 1) on võimeline vastu võtma ning mõistma sõnalisi ja mittedõnalisi vihjeid;
- 2) kaalub erinevaid võimalusi ja leiab sobiva vastuse pärast vihjete tõlgendamist inimeselt, kellega parasjagu suheldakse;
- 3) omab sotsiaalseid oskusi ja oskab neid vastavalt olukorrale rakendada;
- 4) oskab tuvastada ebaratsionaalseid mõttemustreid ja asendada need ratsionaalsemate situatsiooni analüüsidega;
- 5) kasutab konfliktide leevendamiseks ja oma viha ohjamiseks alternatiivseid mõttemustreid ja sisekõnet;
- 6) asendab agressiivsed käitumismustrid uute prosotsiaalsete tegemistega;
- 7) kaalub ette tagajärgi, mis järgnevad mingi teo toimepanemisel;
- 8) oskab öelda, mis on õige ja mis vale ning mõistab oma valikute aluseks olevaid sügavamaid põhjusi.

Prosotsiaalsete oskuste (I mooduli) eesmärk

Uusi oskusi harjutatakse ja korratakse erinevate rollimängude abil ning hiljem ka loomulikus keskkonnas, seega arendatakse uusi oskusi, mis annavad osalejale täiendavaid käitumisvõimalusi. Õpilane vastutab õige käitumisviisi valimise eest erinevates sotsiaalsetes situatsioonides.

Viha ohjamise (II mooduli) eesmärk

Viha ohjamise treening aitab osalejatel oma viha tsükli elemente tundma õppida, misjärel on õpilased võimelised otsustama mitteagressiivsete alternatiivide kasuks.

Kõlbelise arutlemise (III mooduli) eesmärk

Juhendada osalejaid protsessis, mis aitab suurendada sotsiaalset hoolivust ja kõlbelise arutlemise oskust.

Õppesisu ja ainekava maht

AAT keskendub õpilase käitumise kujundamisele vastavalt ühiskonnas kehtestatud reeglitele ja käitumisnormidele. Tundide ülesehitus on kindla struktuuriga.

Aine koosneb 30 sessioonist. 10 sessiooni iga mooduli kohta, lisaks ühistegevustele toetuvad tunnid.

I MOODUL - PROSOTSIAALSED OSKUSED*
Kuulamine
Vestluse alustamine
Abi küsimine
Teiste tunnete mõistmine
Hirmuga toimetulemine
Teiste abistamine
Kakluse vältimine
Süüdistusega toimetulemine
Sõbra kaitsmine
Otsuse tegemine
II MOODUL - VIHA OHJAMINE
Sissejuhatus
Välised ja sisemised vihavallandajad
Märguanded ja vihavähendajad
Meeldetuletused

Enesehindamine
Häälestavad asjaolud
Tagajärjed
Kuidas ma tulen toime konfliktsete olukordadega?
Täispika järjestuse kordamine koos prosotsiaalsete oskuste valikuga
Täispika järjestuse kordamine koos prosotsiaalsete oskuste valikuga
III MOODUL - KÕLBELINE ARUTLEMINE*
Marslase nõuandja probleemsituatsioon
Mariuse probleemsituatsioon
Kaubanduskeskuse probleemsituatsioon
Sõpruse probleemsituatsioon
Geiri probleemsituatsioon
Andrease probleemsituatsioon
Kristiani probleemsituatsioon
Trine probleemsituatsioon
Johnny probleemsituatsioon
Lasse probleemsituatsioon

* I ja III mooduli teemad erinevad vastavalt komplekteeritud gruppidele.

Õpitulemused

2.3.1 Prosotsiaalsete oskuste tähtsus suhtlemisel ning agressiivusega toimetulemisel:

- 1) õpilane oskab alustada ja hoida vestlust;
- 2) õpilane oskab küsida abi ja abistada kaaslast;
- 3) õpilane tuleb rahumeelselt toime konfliktsetes olukordades.

2.3.2 Viha ohjamise oskuse tähtsus rahumeelselt lahendada konfliktseid olukordi:

- 1) õpilane oskab märgata olukordi, mis teda vihaseks ajavad;
- 2) õpilane märkab endas viha reaktsioone ja kasutab eneserahustamise võtteid;
- 3) õpilane analüüsib agressiivse käitumisega kaasnevaid tagajärgi.

2.3.3 Kõlbelise ehk moraalse arutlemise tähtsus:

- 1) õpilane on sotsiaalselt hooliv ning mõistab erinevate situatsioonide tagajärgi.