



PSÜHHOLOOGIA

AINEKAVA JA HINDAMINE

Õppe- ja kasvatuseesmärgid

Gümnaasiumi valikkursuse eesmärgid on toetada tervikliku, iseseisva ja teisi arvestava inimese kujunemist, taotledes, et õpilane omandab teadmisi psühholoogia põhiliste seaduspärasuste ja nende uurimise kohta ning mõistab nende rakendamise võimalusi igapäevaelus, väärtustades neid.

Kursuse lühikirjeldus

Põhikooli vältel on õpilastel eelkõige inimeseõpetuse erinevate kursuste raames olnud võimalik omandada igapäevaelus toimetulekuks vajalikke teadmisi psühholoogiast. Kursus „Psühholoogia” loob terviku, mõtestades seni omandatud kõrgemal tasemel, kusjuures rõhk on olulistel uurimustel ja katsetel, millega psühholoogilised teadmised on saadud. Samuti omandatakse valmidus mõista ning analüüsida enda ja teiste käitumist, toetudes põhilistele psühholoogilistele seaduspärasustele. Kursuse läbimisel kujuneb õpilastel arusaam psühholoogiast kui inimese tunnetust ja käitumist uurivast teadusest.

Kursuse teemade valikul on toetutud uurimustele ja katsetele, mis annavad valmiduse mõista psühholoogiategadmiste 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.

Kursus toetab eelkõige õpilaste enesemääratlus-, sotsiaalse ja õpipädevuse kujunemist.

Õppetegevuse valikul lähtutakse inimeseõpetuse üldisest eesmärgist, et toetada õpilase isiksuse arenemisele ning sotsialiseerumisele kaasa aitavate teadmiste, oskuste ja hoiakute kujunemist. Õppetegevused on aine eesmärkidest lähtuvalt õpilase jaoks mõistetavad ja tähenduslikud ning toetavad arusaama õpitava vajalikkusest. Kogu ainekäsitus on võimalikult elulähedane.

Kursuse õppesisu käsitletakse psühholoogiaalaste teadmiste allikatest ning nende teadmiste igapäevaelus rakendamise võimalustest lähtudes.

Arvestades õpilase vanuseastet, on olulised kolm valdkonda:

- 1) avar metoodiline repertuaar, sealhulgas aktiivõppemeetodid (nt arutelud, rollimängud, rühmatööd, paaristööd, juhtumianalüüsid, ajurünnakud jne) ning praktilised ülesanded (nt katsed, vaatlused, intervjuud jne), mis võimaldavad õpilastel ise avastada ja oma kogemusele tuginedes uurida psühholoogia olulisemaid seaduspärasusi ning mõista teoreetilisi teadmisi;
- 2) individuaalse ja kollektiivse õppe võimaldamine;
- 3) õppe sidumine koolivälise eluga (nt projektitööd, uurimistööd, kohtumised erinevate inimestega jne), kusjuures õppemeetodi valik sõltub konkreetsest õpieesmärgist.

Psühholoogias õpitakse teatud teemasid ülevaate korras ning teatud teemasid sügavuti. Teemasid võib käsitleda nii üksteisele järgnevatena kui ka integreerituna, et saavutada oskuste-, teadmiste ja väärtustepõhised õpitulemused.

Teistest õppeainetest on kursus tihedalt seotud loodusvaldkonna ja teiste sotsiaalvaldkonna ainetega.

Gümnaasiumi õpitulemused

Gümnaasiumi lõpetaja:

- 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 tavateadmistest;
- 3) tunneb igapäevaelus kasutusel olevaid psühholoogiaga seotud mõisteid ja kontseptsioone;
- 4) oskab rakendada psühholoogia seaduspärasusi enda õppimise analüüsimisel ja õpioskuste arendamisel;
- 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 psühholoogiateadmiste rakendamise võimalusi igapäevaelus.

Õpitulemused ja õppesisu

1. Psühholoogiateadus

Õpitulemused

Kursuse lõpul õpilane:

- 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.

Õppesisu

Psühholoogia kui teadus. Teaduslik psühholoogia ja rahvapsühholoogia. Psühholoogia uurimismeetodid.

Psühholoogia harud ja seos teiste teadustega.

2. Tunnetuse ja tegevuse bioloogiline alus

Õpitulemused

Kursuse lõpul õpilane:

- 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.

Õppesisu

Inimese närvisüsteem: perifeerne ja kesknärvisüsteem. Närviraku ehitus ja talitlus. Meeleelundid

ja aistingud.

47

3. Taju ja tähelepanu

Õpitulemused

Kursuse lõpul õpilane:

- 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.

Õppesisu

Taju ja selle omadused. Tajukujundi tekkimine. Tajuliigid: sügavus-, liikumis-, ruumitaju.

Tahtlik ja tahtmatu tähelepanu.

4. Mälu

Õpitulemused

Kursuse lõpul õpilane:

- 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, infotöötuse sügavuse ja info kokkupakkimise mõju informatsiooni salvestamisele mälus;
- 4) teab unustamise põhjusi ning kirjeldab meenutamise tõhusamaks muutmise teid õpitegevustes.

Õppesisu

Mälu. Töömälu ja pikaajaline mälu. Episoodiline, semantiline ja protseduuriline mälu.

Mäluprotsessid: salvestamine, meenutamine, unustamine.

5. Õppimine

Õpitulemused

Kursuse lõpul õpilane:

- 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.

Õppesisu

Õppimine, teadmised ja oskused. Õppimise viisid: harjumine, tingimine, sotsiaalne õppimine, teadmiste konstrueerimine.

6. Mõtlemine

Õpitulemused

Kursuse lõpul õpilane:

- 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;

48

- 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 tagasisivaatliselt.

Õppesisu

Mõtlemine. Mõtlemise elemendid: kujundid, mõisted, skeemid.

Keel ja mõtlemine.

Probleemide lahendamine ja loov mõtlemine.

7. Emotsioonid ja motivatsioon

Õpitulemused

Kursuse lõpul õpilane:

- 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 õpituatsioonis;
- 3) selgitab vajaduste, eesmärkide ja motivatsiooni seoseid;
- 4) demonstreerib õpituatsioonis 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.

Õppesisu

Emotsioon. Emotsiooni komponendid. Põhiemotsioonid ja emotsioonide väljendamine.

Vajadused, eesmärgid ja motivatsioon. Bioloogiline ja kultuuriline motivatsioon. Saavutusvajadus.

8. Individuaalsed erinevused

Õpitulemused

Kursuse lõpul õpilane:

- 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 hälbevuse suhtelisust ning väärtustab inimeste erinevusi.

Õppesisu

Isiksus, isiksuseomadused. Isiksuse bioloogilised alused. Vaimsed võimed: üldvõimekus ja erivõimekused. IQ. Individuaalsed erinevused, norm ja hälbivus.

9. Sotsiaalsed protsessid

Õpitulemused

Kursuse lõpul õpilane:

- 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;

49

- 4) väärtustab vajadust seista vastu rühmasurvele, mis õhutab ennast ja teisi kahjustavalt käituma.

Õppesisu

Sotsiaalne võrdlemine ja identiteet. Sotsiaalne taju. Esmamulje, eelarvamused, stereotüübid.

Rühmaprotsessid – sünergia, vastutuse hajumine, konformsus, rühmamõtlemine.

10. Psühholoogia rakendused

Õpitulemused

Kursuse lõpul õpilane:

- 1) selgitab psühholoogi tööd eri valdkondades ning teadvustab eetilisi printsiipe psühholoogias;
- 2) mõistab psühholoogiateadmiste olulisust ning väärtuslikkust enda ja teiste käitumise seletamisel.

Õppesisu

Psühholoogi elukutse ja psühholoogia rakendused. Psühholoogiateadmiste rakendamine igapäevaelus.

8.5. Õppetegevus

Õppetegevust kavandades ja korraldades:

- 1) lähtutakse õppekava alusväärtustest, üldpädevustest, õppeaine eesmärkidest, õppesisust ja oodatavatest õpitulemustest ning toetatakse lõimingut teiste õppeainete ja läbivate teemadega;
- 2) taotletakse, et õpilase õpikoormus (sh kodutööde maht) on mõõdukas, jaotub kursuse ulatuses ühtlaselt;
- 3) võimaldatakse õppida individuaalselt ja üheskoos teistega (iseseisvad, paaris- ja rühmatööd), et toetada õpilaste kujunemist aktiivseteks ning iseseisvateks õppijateks;
- 4) kasutatakse diferentseeritud õppeülesandeid, mille sisu ja raskusaste toetavad individualiseeritud käsitlust, aitavad õpitut süvitsi mõista ning suurendavad õpimotivatsiooni;
- 5) rakendatakse nüüdisaegseid info- ja kommunikatsioonitehnoloogiatel põhinevaid õpikeskkondi ning õppematerjale ja -vahendeid;
- 6) laiendatakse õpikeskkonda: sotsiaal-kultuuriline keskkond, arvutiklass, labor, asutused, muuseumid, näitused jne;
- 7) kasutatakse erinevaid õppemeetodeid, sh aktiivõpet: arutelud, diskussioonid, juhtumianalüüsid, paarisööd, projektõpe, rollimängud, rühmatööd, väitlused, õpimapi ja uurimistöo koostamine, praktilised ja uurimistöod (nt töölehtede täitmine, loovtööde kirjutamine, infootsingud teabeallikatest) jne;
- 8) arvestatakse õpilaste ja kohaliku eripära ning ühiskonnas toimuvaid muutusi, millele loob aluse õppesisu esitus kohustuslike ning süvendavate ja laiendavate teemade kaudu;
- 9) arendatakse õpilaste teadmisi, oskusi ja hoiakuid;
- 10) võimaldatakse siduda õpet koolivälise eluga ning ainekäsitlus on võimalikult õpilaskeskne.

Füüsiline õpikeskkond

1. Psühholoogias lähtutakse gümnaasiumi riikliku õppekava üldosast ja teistest õpikeskkonda reguleerivatest õigusaktidest.

2. Kool korraldab valdava osa õppes klassis, kus on võimalused rühmatööks ja ümarlauavestluseks ning toetavad demonstratsioonivahendid.
3. Õppe sidumiseks igapäevaeluga võimaldab kool õpet väljaspool klassi.

Hindamine

Hindamisel lähtutakse vastavatest gümnaasiumi riikliku õppekava üldosa sätetest. Hindamise põhiline ülesanne on toetada õpilase arengut, kujundades positiivset minapilti ja adekvaatset enesehinnangut, kusjuures oluline on õpilase enda roll hindamises, pakkudes võimalusi enesehindamiseks. Psühholoogias hinnatakse õpilaste teadmisi ja oskusi, kuid ei hinnata hoiakuid ega väärtusi. Hoiakute ja väärtuste kohta antakse õpilasele tagasisidet. Kirjalikke ülesandeid hinnates arvestatakse eelkõige töö sisu, kuid parandatakse ka õigekirjavead, mida hindamisel ei arvestata.

Õpitulemuste hindamise vormid on mitmekesised, sisaldades nii suulisi ja kirjalikke ülesandeid. Kui õpilane sooritab töö vastavalt juhistele, on hinne „5“, mõnede puudujääkide korral hinne „4“, paljude puudujääkide korral hinne „3“ ning sooritades töö alla 50% nõutust on hinne „2“. X muutub mitteparandamise korral 10 päeva jooksul hindeks „2“.

Suuliste ja kirjalike ülesannete puhul õpilane:

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