

Grete Lanno ❀ Kaisa Musting

INIMESEÕPETUS

3. klassile

I osa



Grete Lanno Kaisa Musting

INIMESEÕPETUS

3. klassile

I osa

2020

Õppevara väljaandmist toetavad Euroopa Sotsiaalfond ning Haridus- ja Teadusministeerium programmi „Kaasaegse ja uuendusliku õppevara arendamine ja kasutuselevõtt“ raames.

Väljaandja SA Innove, Haridus- ja Noorteamet



Euroopa Liit
Euroopa Sotsiaalfond



Eesti tuleviku heaks



Hariduslike erivajadustega
õpilaste õppevara arendamine

Inimeseõpetus 3. klassile. I osa (1.–3. teema)

Õppematerjali „Inimeseõpetus 3. klassile“ koostamisel on arvestatud põhikooli lihtsustatud riikliku õppekava lihtsustatud õppe 3. klassi inimeseõpetuse ainekavas esitatud nõudeid. Õppematerjal sobib kasutamiseks ka põhikooli riikliku õppekava järgi õppijate õppe diferentseerimisel, individuaalse õppekava (IÕK) alusel õppijate ning muukeelsete õpilaste õpetamisel.

Õpiku autorid *Grete Lanno, Kaisa Musting*

Digiõpiku koostamist nõustas eripedagoog *Kaja Plado*

Haridustehnoloog *Veiko Hani*

Retsensendid *Heidi Öövel, Merlyn Arvola*

Õppematerjali katsetas *Heidi Öövel* (Tartu Kroonuaia Kool), *Leelo Veski* (Näpi Kool)

Toimetaja ja kujundaja *Tiina Helekivi*

Illustratsioonid *Vilve Aavik-Vadi, Ülle Meister, Tervise Arengu Instituut* (toidupüramiid)

Fotod: *Wikimedia Commons, Wikipedia, Pixabay, Pxhere, Needpix, all-free-download.com, Shutterstock, Eve Kurm, Grete Lanno*

Õppematerjalis olevaid helifaile saab kuulata ning videoid vaadata *Opiq*ust.

Õppematerjali juurde kuulub õpetaja metoodiline juhend.

Õpetaja metoodilise juhendi autor *Kaja Plado*

Kirjastus Studium

www.studium.ee

CC-BY-SA 3.0



1. KÄITUMINE JA SUHTLEMINE

1.1. MINU VÄLIMUS

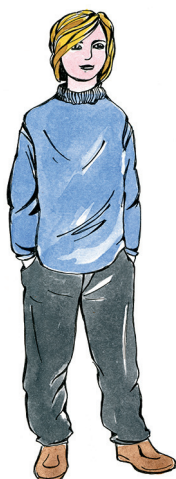
ühete nägu = sarnane välimus

Loe ja kuula.



Inimesed näevad erinevad välja.
Näiteks sõbral on lокkis juuksed.
Aga minul on sirged juuksed.
On inimesi, kellega me oleme sarnased.
On inimesi, kellega me oleme erinevad.

1. Loe ja vaata pilte. Ühenda joonega sõna ja õige pilt.



LÜHIKE

PIKK





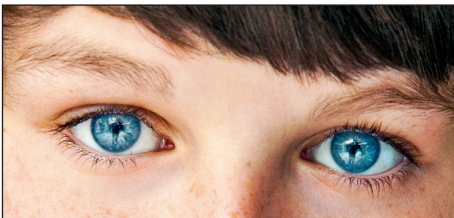
LÜHIKESED
JUUKSED

PIKAD
JUUKSED



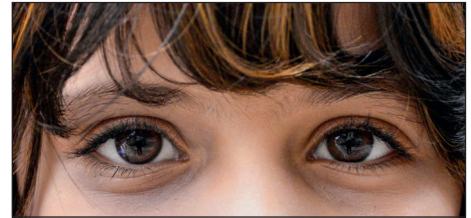
LOKKIS
JUUKSED

SIRGED
JUUKSED



PRUUNID
SILMAD

SINISED
SILMAD



2. Milline on sinu välimus? Jooni õige vastus.

Ma olen lühike / pikk.

Mul on lühikesed / pikad juuksed.

Minu juuksed on sirged / lokkis.

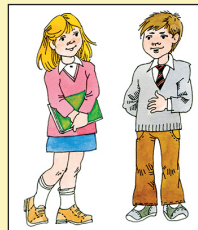
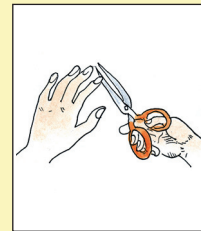
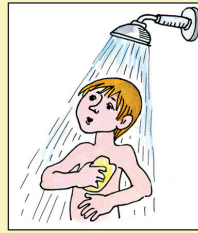
Minu juuksed on heledad / tumedad.

Mul on sinised / rohelised / hallid / pruunid silmad.

Loe ja kuula.

Ma hoolitsen oma välimuse eest.

- ♦ Ma pesen end sageli.
- ♦ Ma pesen 2 korda päevas hambaid.
- ♦ Ma kammin juukseid.
- ♦ Ma lõikan küüsi, kui need on pikad.
- ♦ Ma kannan puhtaid riideid.



Hea on olla puhas!

3. Loe. Värvige õiged laused roheliseks.

Karl on puhas.

Tal on märdunud riided.

Küüne-alused on puhtad.

Tema käed on pestud.

Tema sokid haisevad.

Tal on puhtad riided.

Juuksed on kammitud.

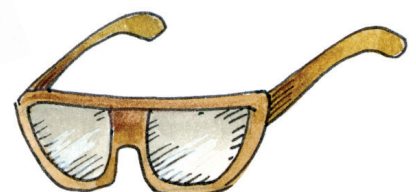
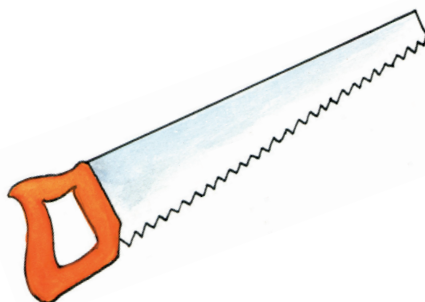
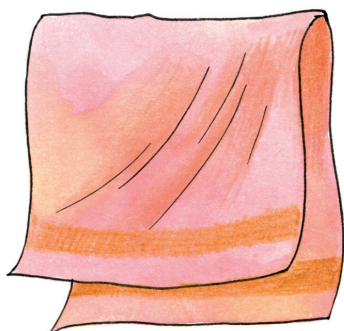
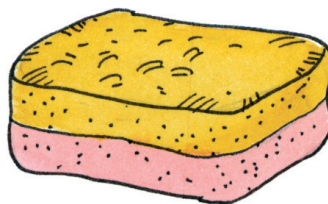
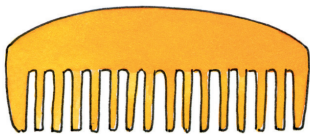
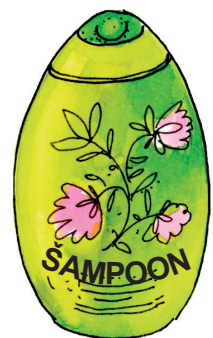
4. Kumb poiss on Karl? Kirjuta nimi õige pildi alla.



.....

.....

5. Tahan olla puhas. Mul läheb vaja ...
Tõmba ring ümber sobiva pildi.



6. Loe ja kuula. Otsusta, kas lause on õige või vale. Märki X.
Ütle vale lause õigesti.

	LAUSE	ÕIGE	VALE
1.	Ma ei pea enda eest hoolitsema.		
2.	Juukseid tuleb lõigata.		
3.	Kannan ühte pluusi terve nädala.		
4.	Hambaid saab pesta hamba-harjaga.		
5.	Pesen hambaid neli korda päevas.		
6.	Kasutan keha pesemiseks nuustikut.		
7.	Ma lõikan küüsi suurte kääridega.		

7. Arutle õpetajaga.

1. Millal sa pesed hambaid?
2. Mis juhtub juustega, kui neid ei kammi?
3. Kui tihti sa käid ennast pesemas?
4. Millal on vaja riideid pesta?

- ♦ Ma hoolitsen enda välimuse eest.
- ♦ Ma vahetan iga päev riideid.
- ♦ Ma pesen ennast sageli.
- ♦ Ma tahan olla puhas!

1.2. SARNANE JA ERINEV

1. Loe. Kirjuta lünka sobiv sõna.

1. Mina elan (*mis riigis?*)
2. Ma olen (*kes?*) (*eestlane / soomlane*).
3. Mina elan (*maal / linnas*).
4. Eesti lipul on (*mis värvid?*),
..... ja värv.



Kas sa tead, kes on Akiko? Loe ja kuula.

Konnichiwa!



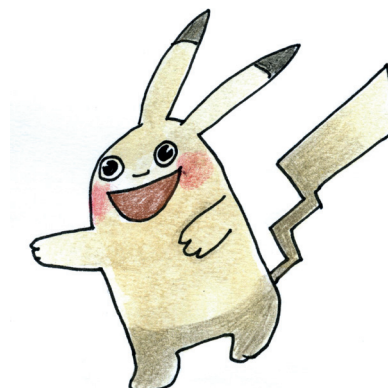
Akiko on tüdruk. See on Jaapani nimi. Sellepärast on see meile harjumatu. Jaapan asub väga kaugel.

Akiko õpib 3. klassis. Nagu sinagi. Aga tema õpib jaapani keeles. Jaapani keel on väga huvitav keel.

Eesti lapsed ütlevad kohtumisel „Tere!“. Kuula, kuidas tervitavad jaapani lapsed – „**Konnichiwa!**“.

2. Loe ja kuula koos õpetajaga jaapani-keelseid sõnu.

- tüdruk – **shōjo**
- kool – **gakkō**
- poiss – **otokonoko**
- tänan – **arigato**
- palun – **onegaishimasu**

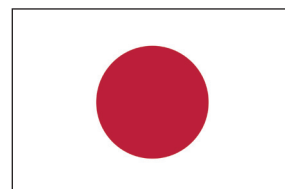


3. Vaata Eesti ja Jaapani lippe. Täida lüngad.

See on (Jaapani / Eesti) lipp.
Eesti lipp on (valge-punane /
sini-must-valge).



See on (Jaapani / Eesti) lipp.
Jaapani lipul keskel on
(ring / kolm-nurk).
Ring on (kollane / punane).



4. Tee koos õpetajaga. Tegutse juhise järgi.

1. Ava <https://www.google.com>
2. Otsi „Google translate“.
3. Vali „eesti keel“ ja „jaapani keel“.
4. Sisesta eesti keeles sõna „kool“.
5. Kuula, kuidas see kõlab jaapani keeles.
6. Nüüd proovi ka sõnu, mis sind huvitavad.

Vali „eesti keel“.

Vali „jaapani keel“.

Sisesta sõna „kool“.

Kuula sõna jaapani keeles.

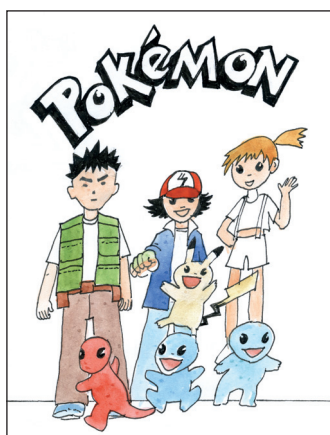
5. Vaata pilte. Mida meeldib Akikole teha? Täida lüngad.



Akikole meeldib käia
(trennis / laulmas).

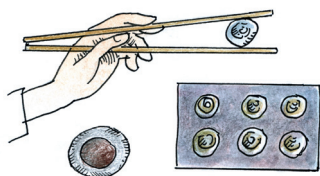
Akiko käib (ratsutamas / judos).

Tal on selles (valge / must) vöö.



Akiko vaatab multi-filmi
(Pokemonidest / Jänku-Jussist).

Tema lemmik-tegelane on
(Jänku-Juss / Pikachu).



Akikole meeldib süüa
(sushit / piima-suppi).

Ta sööb seda
(lusikaga / pulkadega).

6. Lõpeta laused enda kohta.

- Mina
- elan (kus?)
 - räägin (mis keelt?)
 - õpin (mitmendas klassis?)
 - söön (mida?)
 - lähen pärast kooli (kuhu?)
 - vaatan õhtul telerist (mida?)

7. Lõpeta laused Akiko kohta.



8. Võrdle ennast Akikoga. Märki tabelisse õigesse kohta X.

		OLEME SARNASED	OLEME ERINEVAD
1.	Elame mõlemad Eestis.		
2.	Räägime mõlemad sama keelt.		
3.	Käime 3. klassis.		
4.	Käime mõlemad trennis.		
5.	Lemmik-toit on sushi.		
6.	Lemmik multi-film on „Pokemonid“.		
7.	Meil mõlemal on tumedad juuksed.		
8.	Meil mõlemal on pruunid silmad.		

1. Nimeta, mis on sul Akikoga sarnast.
2. Nimeta, mille poolest te Akikoga erinev.

Sa oled Akikoga mõnes asjas sarnane ja
mõnes asjas veidi erinev.

9. Vaata pilte. Mida õpetaja Madis päeva jooksul teeb?

Ahoi! Mina olen
õpetaja Madis!



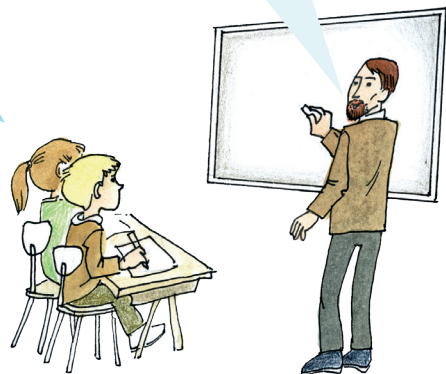
Ma ärkan vara.



Hommikul käin
jooksmas.



Õpetan koolis lastele
matemaatikat.



Jalutan koeraga.



Lähen magama.



10. Võrdle õpetaja Madise ja enda päeva.

Vali, mida teeb õpetaja Madis. Tee ring ümber.

Vali, mida teed sina. Tee ring ümber.

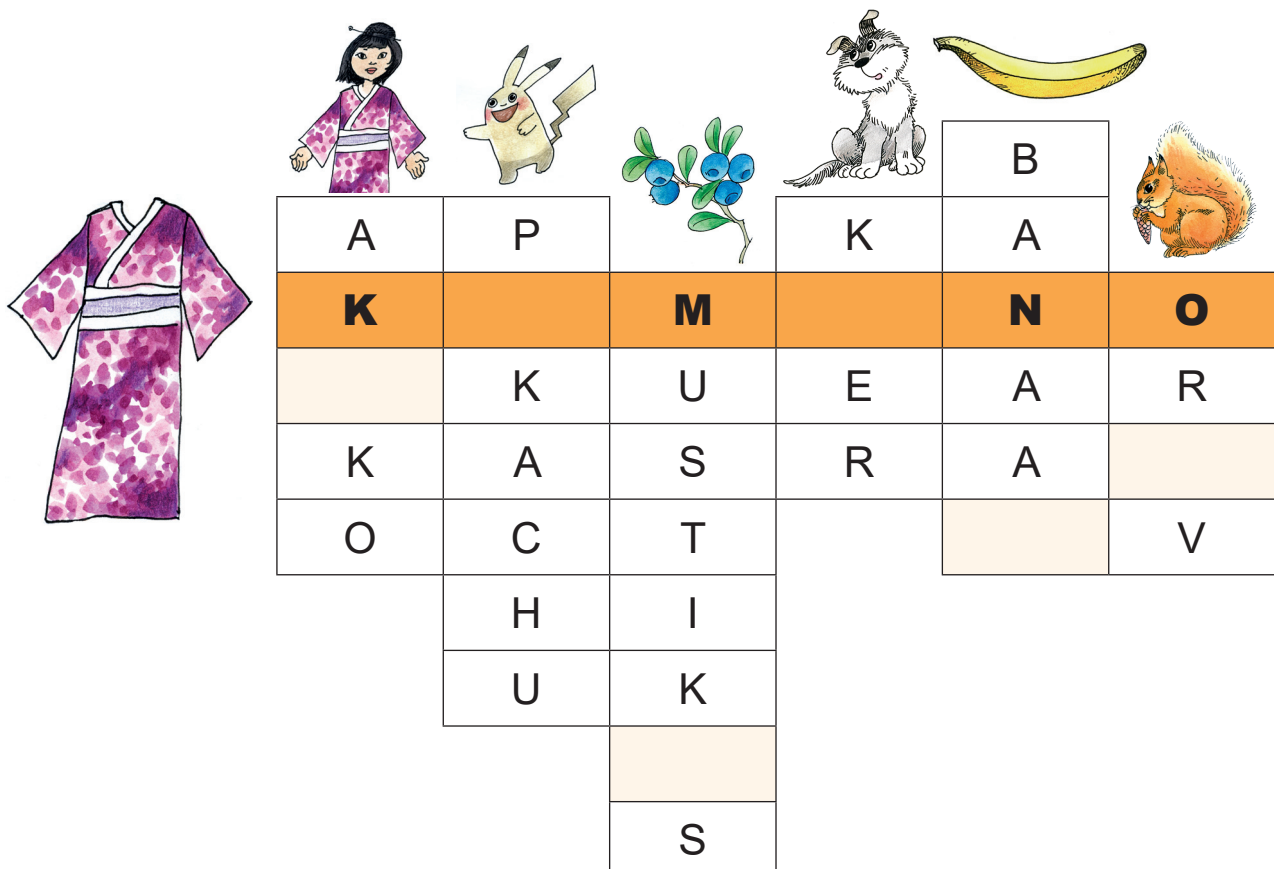
TEGEVUS	ÕPETAJA MADIS	MINA
	ärkab vara magab kaua	ärkan vara magan kaua
	käib jooksmas ei käi jooksmas	käin jooksmas ei käi jooksmas
	õpetab lapsi õpib koolis	õpetan lapsi õpin koolis
	jalutab koeraga ei jaluta koeraga	jalutan koeraga ei jaluta koeraga
	läheb magama ei lähe magama	lähen magama ei lähe magama

11. Täida lüngad.

1. Mina ärkan hommikul (vara / hilja).
2. Ma (lähen / ei lähe) jooksmas.
3. Ma lähen (tööle / kooli).
4. Koolis ma (õpin / õpetan lapsi).
5. Õhtul (jalutan / ei jaluta) koeraga.
6. Olen väsinud ja (lähen / ei lähe) magama.

Sa oled õpetaja Madisega
mõnes asjas sarnane ja mõnes veidi erinev.

12. Lahenda ristsõna. Kirjuta puuduvad tähed ja saad teada Jaapani rahvus-riiete nimetuse.



	A	P		K	B	
	K		M		A	
		K	U	E	A	R
	K	A	S	R	A	
	O	C	T			V
		H	I			
		U	K			
			S			

1.3. IGA INIMENE ON TÄHTIS

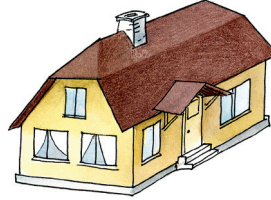


Raha eest
saab osta

toitu.

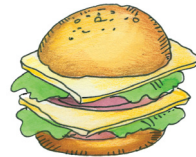
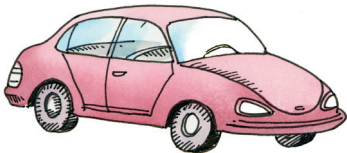


asju.

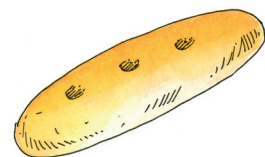
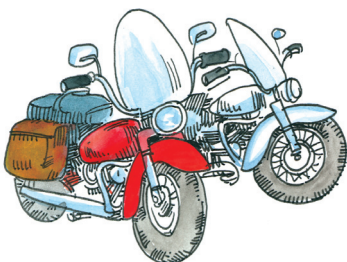


1. Mis on odav? Mis on kallis?

Järjesta: 1 – kõige odavam; 3 – kõige kallim.



2. Vaata pilte. Tee ring ümber piltidele, mida raha eest osta EI SAA.



3. Arutle õpetajaga.

1. Mida saab raha eest osta?
2. Mida ei saa raha eest osta?

ÕIGUSED

Kõikidel inimestel on võrdsed õigused.

Sul on õigus

- ♦ elada peres.
- ♦ elada kodus.
- ♦ käia koolis.
- ♦ olla koos sõpradega.
- ♦ puhata.
- ♦ saada arsti-abi.
- ♦ oma asjadele.



4. Vaata digi-õpikust videot Karelist, kes räägib, mis õigused igal lapsel on. Värvige õiged vastused.

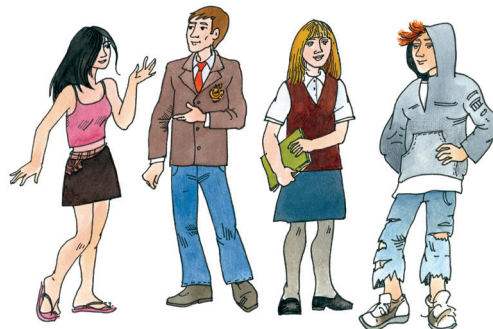
Sul on õigus ...	a) käia koolis.
	b) kiusata.
	c) jonnida.
	d) elada rahu.

Loe.

1. Inimesi ei tohi võrrelda
naha-värvi järgi.



2. Inimesi ei tohi võrrelda
riietuse järgi.



3. Inimesi ei tohi võrrelda
pere-konna järgi.



Loe ja kuula.

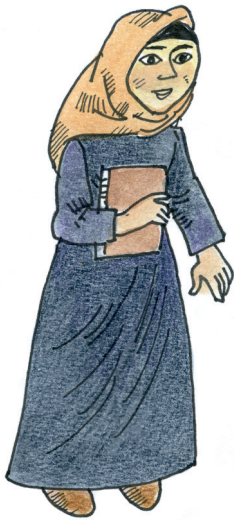


Tere, mina olen Hugo!

*Ma olen Eestis sündinud. Elan oma perega Haapsalus.
Ma käin koolis. Kõige rohkem meeldib mulle koolis
vahe-tund. Siis saab puhata.*

Mulle meeldib ka muusika. Ma õpin klaverit.

*Mu parim sõber on Maksim. Me mängime koos arvuti-
mänge.*



Tere, mina olen Mariam!

Ma olen pärit Iraanist. See asub Eestist kaugel.

Praegu ma elan Tartus. Mu vanemad töötavad siin.

Ma käin koolis. Mulle meeldib õppida matemaatikat.

Ma käin spordi-võistlustel. Ma olen kiire jooksja.

Mu hea sõber on Anni. Me istume koolis kõrvuti.

Me käime Anniga koos trennis.

5. Millised õigused on Mariamil, millised Hugol?

Märgi õigesse kohta X.

		MARIAM	HUGO
1.	Õigus elada Eestis.		
2.	Õigus elada koos oma perega.		
3.	Õigus käia koolis.		
4.	Õigus kiusata teisi lapsi.		
5.	Õigus käia huvi-ringis.		
6.	Õigus süüa ja juua.		
7.	Õigus puhata.		
8.	Õigus leida sõpru.		
9.	Õigus puududa tunnist.		

Kõikidel inimestel on sama-sugused õigused nagu sinul.

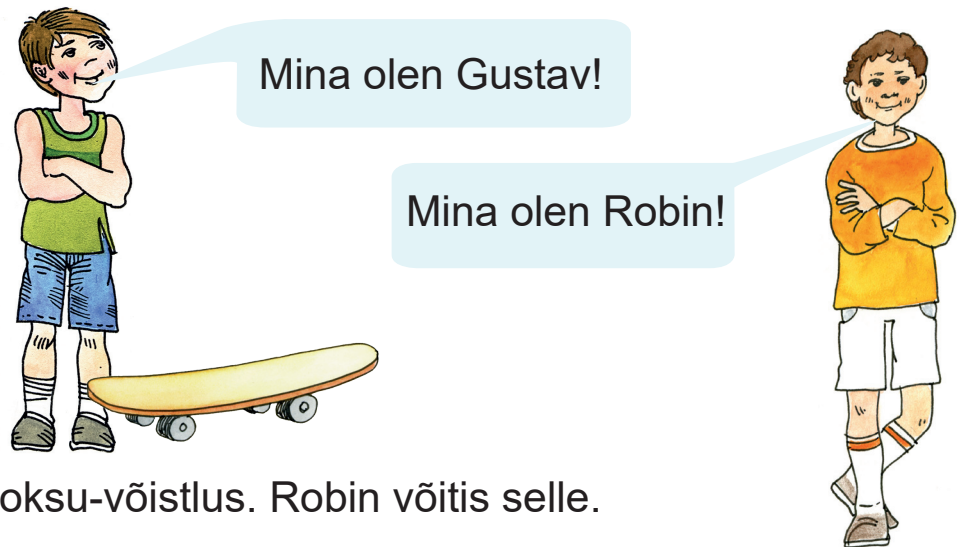
Arvesta alati ka teiste inimeste õigustega.

KIITLEMINE

kiitlema = uhkustama, eputama oma asjadega

kiitma = teisele head ütlema

Loe ja kuula.



Koolis toimus jooksu-võistlus. Robin võitis selle.

Ta on kiire jooksja. Robin läks Gustavi juurde.



ütles: „Kuule, Gustav! Sa kaotasid mulle.“



vastas: „Ah, ma ei viitsi täna joosta.“



ütles: „Ära valeta. Sa ei jaksa kiiresti joosta.“



vastas: „Ma ei valeta. Endal sul pole rulagi.“



ütles: „Mul suva!“



vastas: „Mul on sinust kah suva!“

Poisid olid teine-teise peale solvunud.

6. Millega kiitles Robin? Millega kiitles Gustav?

Ühenda lause õige poisi pildiga.

Uhkustas enda rulaga.

Uhkustas, et ta võitis jooksu.



Loe ja kuula uuesti. Mis oli teist-moodi?

Koolis toimus jooksu-võistlus. Robin võitis selle. Ta on kiire jooksja. Gustav läks Robini juurde.



ütles: „Hei, Robin! Palju õnne, sõber!
Sa jooksid väga kiiresti!“



vastas: „Aitäh, Gustav! Sa jooksid ise ka täna väga hästi.“



ütles: „Aitäh! Ma olen trenni teinud.“



küsis: „Kuule, kas õhtul läheme ruladega sõitma?“



vastas: „Ikka. Ma õpetan sulle paar uut trikki,
mida ise just õppisin.“



ütles: „See oleks hiiglama tore! Sa oskad neid trikke
teha ikka väga hästi!“

7. Mille eest kiitis Gustav Robinit? Mille eest kiitis Robin Gustavit? Ühenda lause õige poisi pildiga.

Sa jooksid väga kiiresti!

Sa oskad väga ägedaid trikke rulaga teha!



Kui märkad head, kiida kaaslast!

8. Loe ja kuula. Värvige õiged laused.

1.	Poisid kiitlesid oma oskustega.
2.	Poisid käitusid viisakalt.
3.	Poisid käitusid sõbralikult.
4.	Gustav ütles, et Robin jookseb kiiresti.
5.	Robin ütles, et Gustav oskab rulaga trikke teha.
6.	Poisid olid üks-teise peale solvunud.

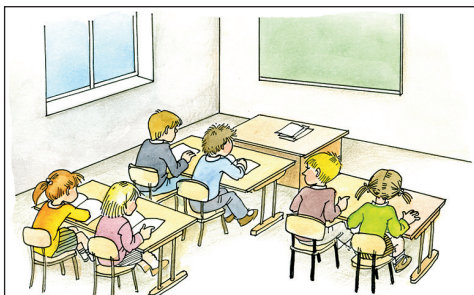
9. Millega inimesed kiitlevad? Koosta laused.

Inimesed uhkustavad

- uute asjadega.
- hinnetega.
- reisimisega.
- rahaga.



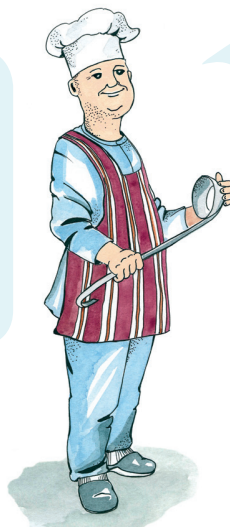
10. Vaata pilte. Mida keegi oskab hästi teha? Ühenda.



11. Mida nad sulle ütlevad? Loe. Täida lüngad.



*Ma olen arst.
Ma ravin inimesi terveks.
Ma ei kiitle sellega.
See pole viisakas.*



*Ma olen kokk.
Ma teen hästi süüa.
Ma kiitle sellega.
See pole*

Kõik oskavad midagi hästi teha.
Pole viisakas sellega kiidelda.

12. Vaata pilte ja loe.



Ma oskan hästi ujuda, sest ...

- ♦ mulle meeldib trennis käia.



Ma olen hea sõber, sest ...

- ♦ ma olen lahke.
- ♦ ma kuulan sõpru.
- ♦ meile meeldib koos mängida.



Ma oskan tunnis hästi käituda, sest ...

- ♦ kui ma tahan rääkida, siis tõstan kätt.



Ma oskan hästi arvutis mängida, sest ...

- ♦ ma harjutan.
- ♦ mulle meeldivad arvuti-mängud.



Ma oskan hästi matemaatikat, sest ...

- ♦ ma harjutan.
- ♦ õpin hoolega tunnis.



Ma oskan hästi pilli mängida, sest ...

- ♦ ma harjutan seda.

13. Mõtle, mida sina oskad hästi. Kirjuta ja joonista.

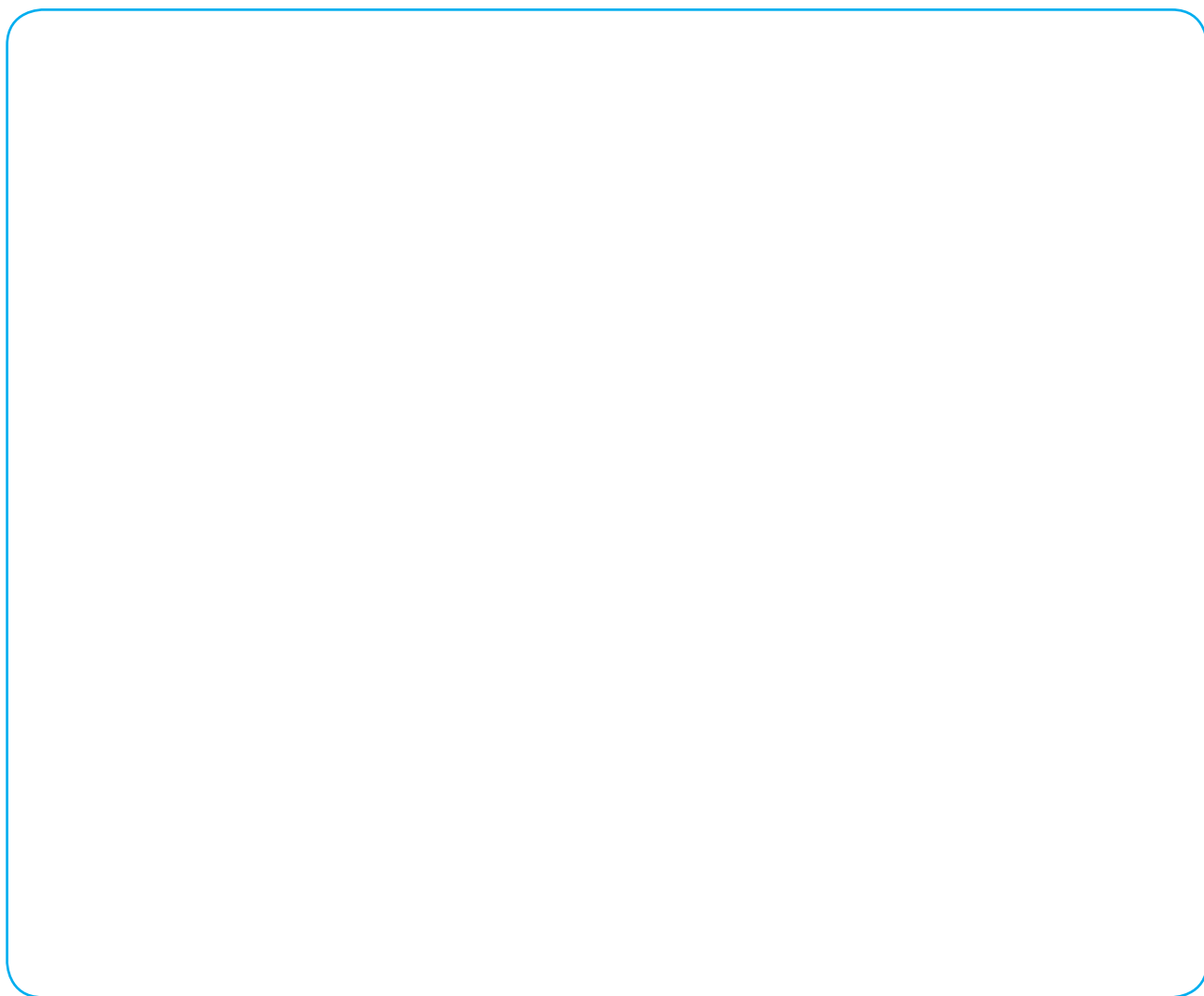
Mina oskan hästi (*mida teha?*)

.....

.....

.....

.....

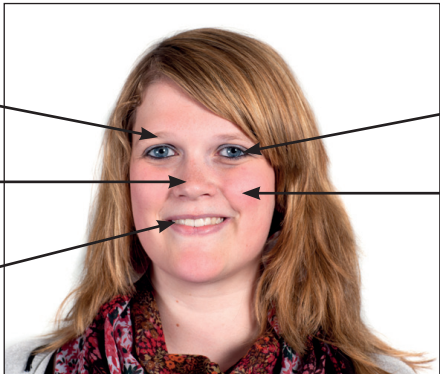


14. Arutle õpetajaga.

Mida sa pead veel harjutama?

1.4. NÄOILMED

1. Kordamine. Kirjuta õige nimetus noole juurde.

.....			HUULED
.....			NINA
.....			KULMUD
.....			PÕSED
			SILMAD

2. Vaata pilte. Loe ja kuula näo-ilmete kirjeldusi. Ühenda pilt sobiva näo-ilme kirjeldusega.

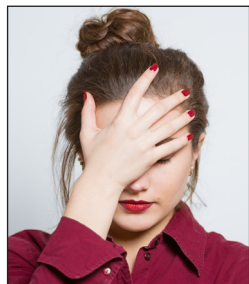


RÕÕM. Rõõmus inimene naeratab õnnelikult.

VIHA. Vihane inimene kissitab silmi ja hoiab suu tugevalt kinni.



ÜLLATUS. Üllatunud inimese silmad on väga suured ja suu võib olla avatud.



HÄBI. Häbi tundev inimene läheb näost punaseks ja püüab nägu kätega varjata.



HIRM. Hirmul inimese nägu muutub valgeks ja silmad suureks.

Me tunneme erinevaid tundeid.
Nägu näitab seda, mida me tunneme.

3. Vaata pilte. Loe. Ühenda sobivad laused.



Juss mängis telefonis
liiga kaua. Ema võttis
Juss telefoni ära.



Anna nägi
kurja koera.

Ta tunneb rõõmu.



Marial on täna
sünnipäev.

Ta tunneb viha.



Liina näeb
lendavat siga.

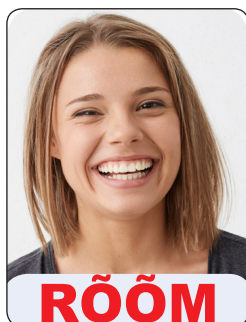
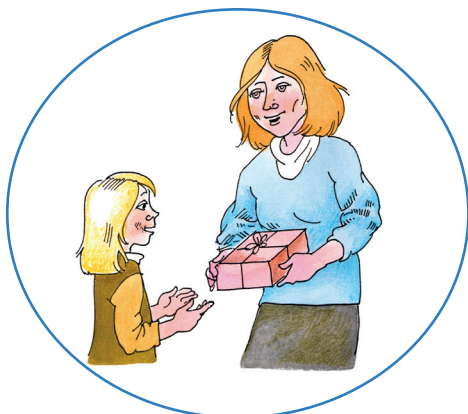
Ta tunneb häbi.



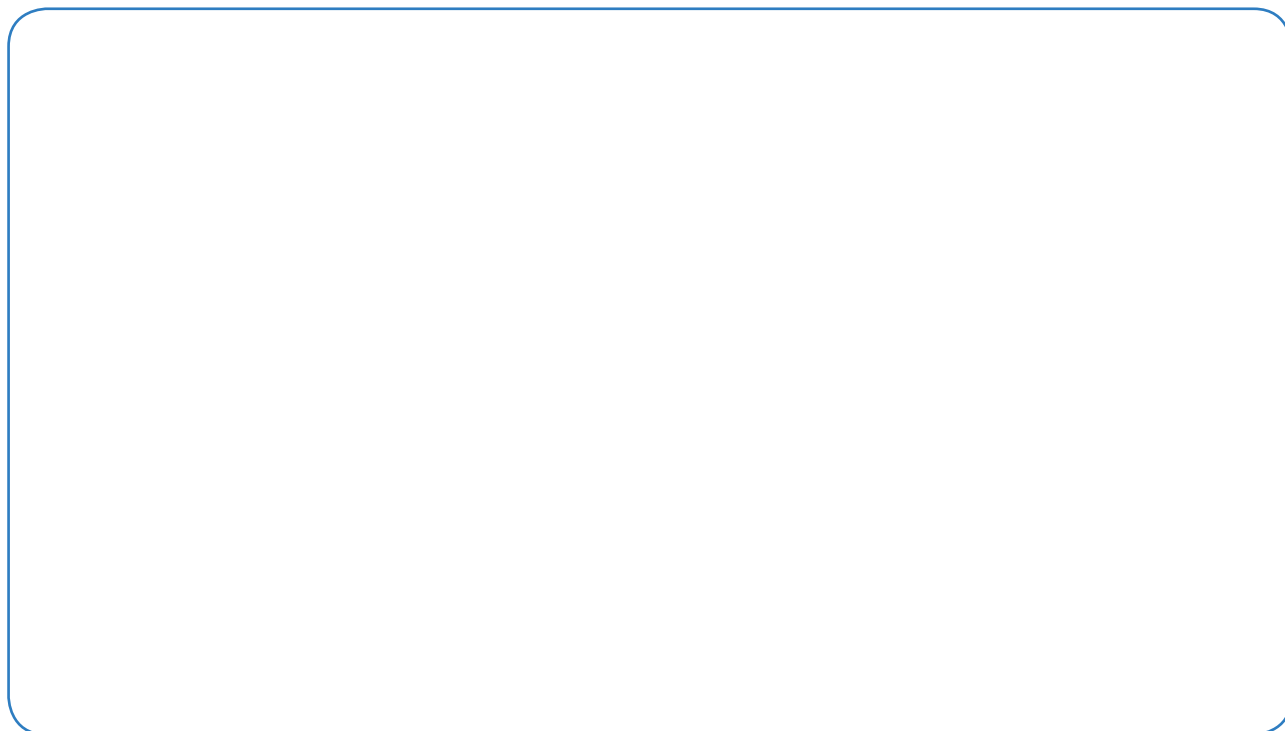
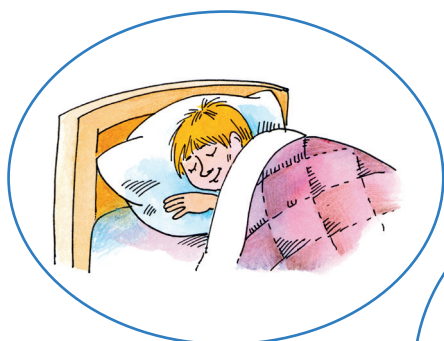
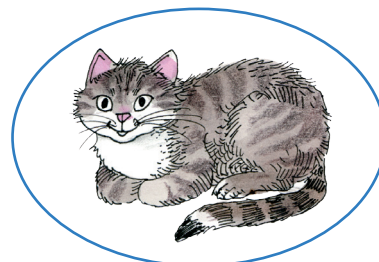
Annikal läksid
püksid katki.

Ta tunneb hirmu.

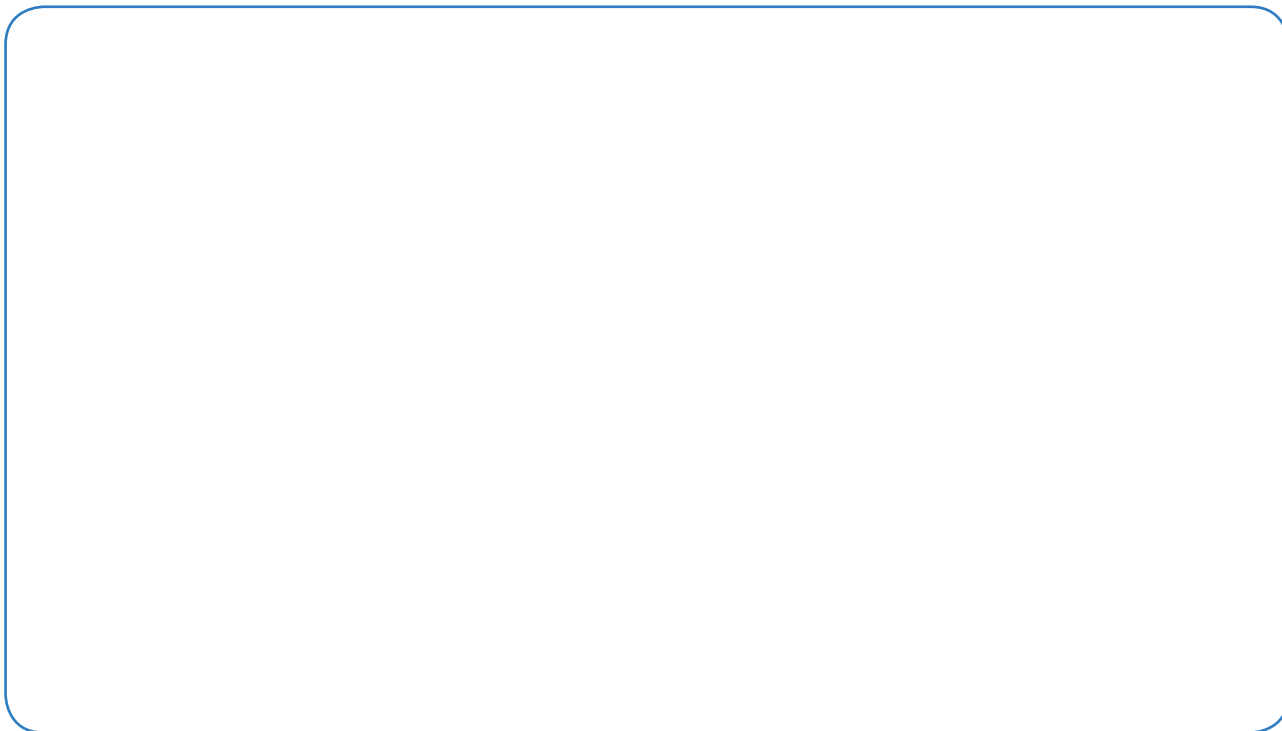
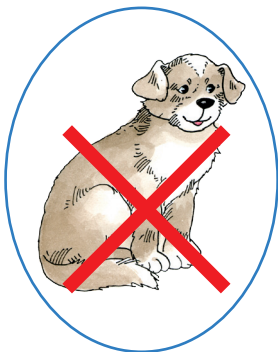
4. Vaata pilte. Mõtle, mis inimesi rõõmustab.
Joonista veel üks pilt juurde.



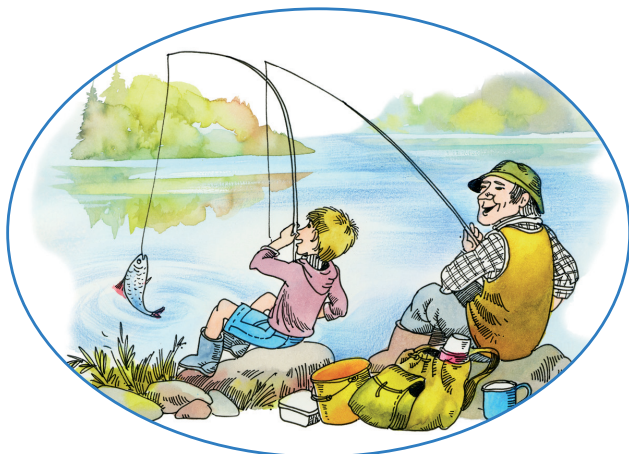
RÕÕM



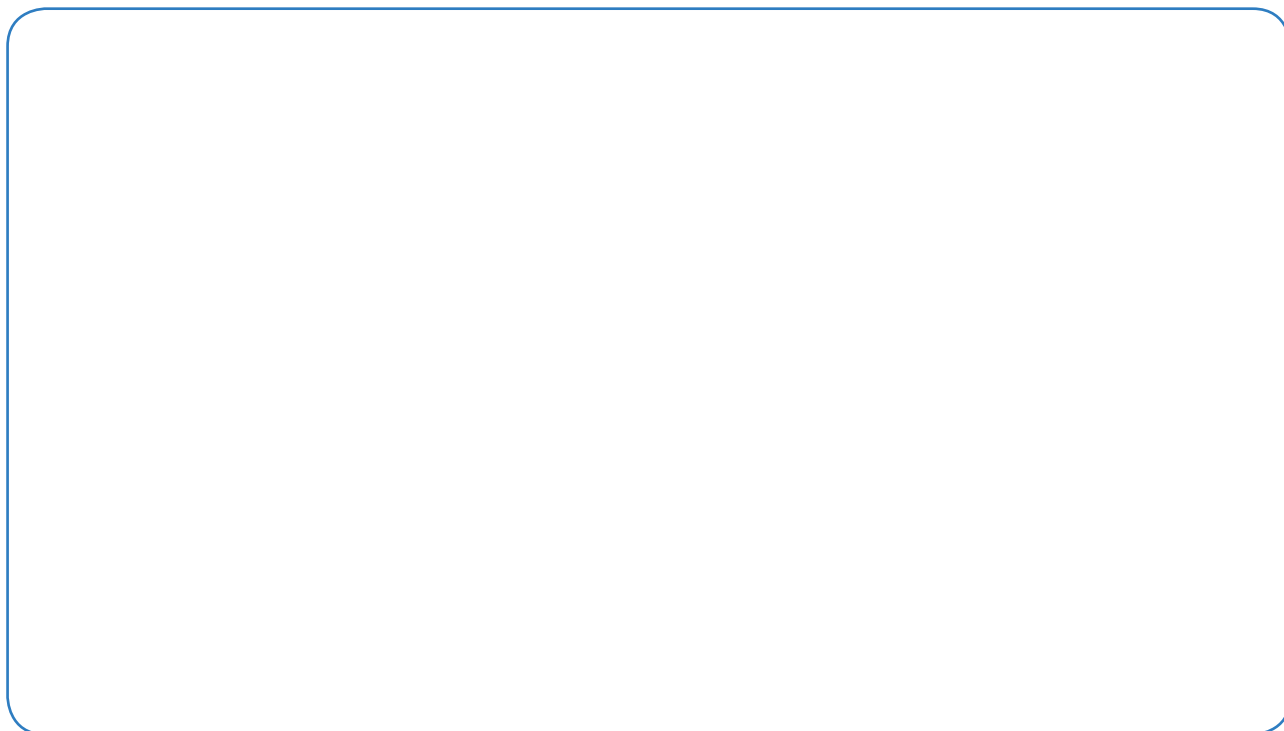
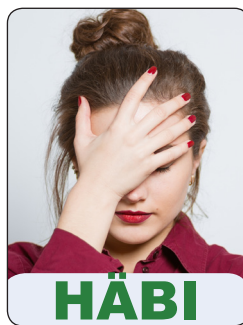
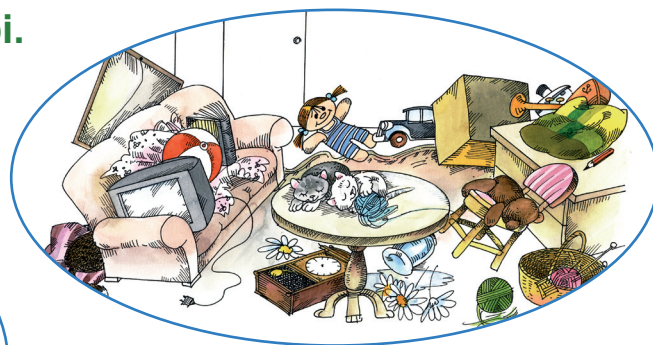
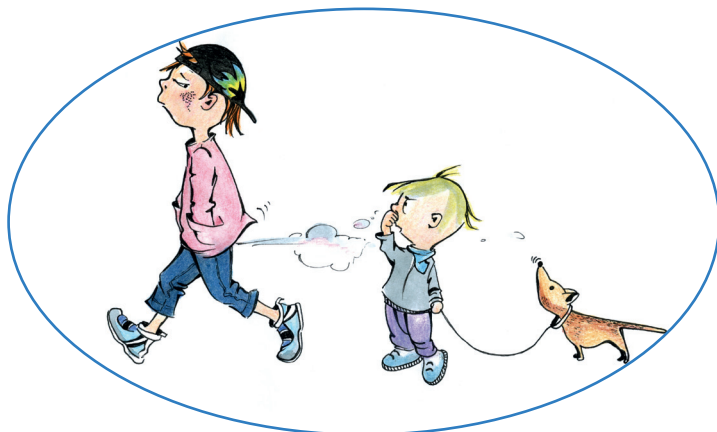
5. Vaata pilte. Mõtle, mis inimesi vihastab.
Joonista veel üks pilt juurde.



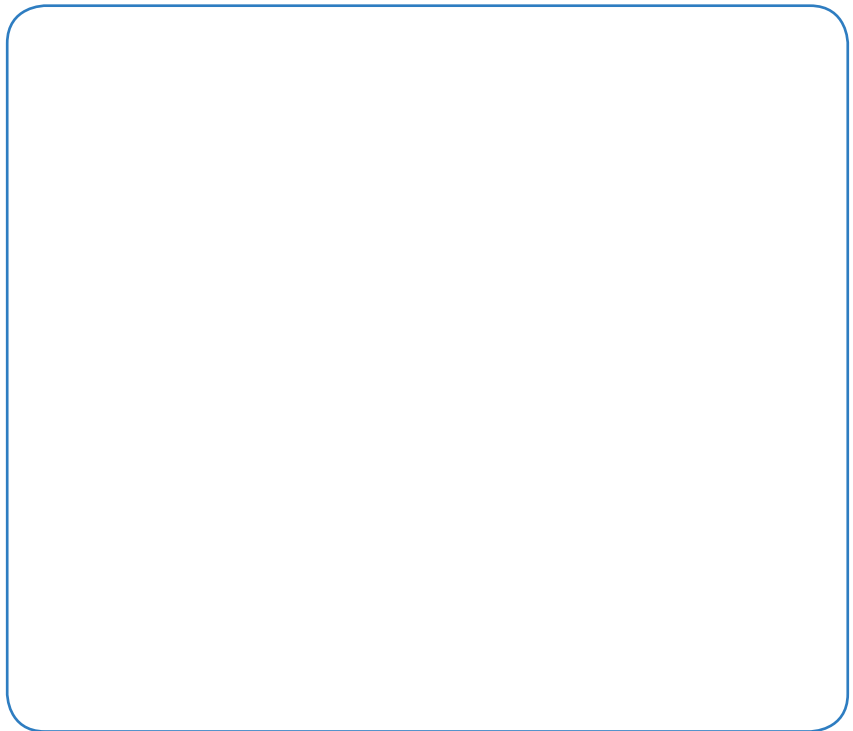
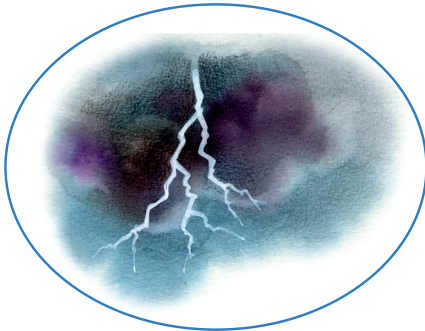
**6. Vaata pilte. Mõtle, mis inimesi üllatab.
Joonista veel üks pilt juurde.**



7. Vaata pilte. Mõtle, mis tekitab häbi.
Joonista veel üks pilt juurde.



**8. Vaata pilte. Mõtle, mis hirmutab.
Joonista veel üks pilt juurde.**



9. Arutle õpetajaga, mida võid tunda, kui ...

- a) sul läheb telefon katki.
- b) kui õpetaja kutsub vastama, aga sa ei ei oska.
- c) sõber ütleb, et su suu haiseb.

1.5. VALETAMINE

Loe ja kuula.



Mina olen
Juss.

Juss jõudis koolist koju. Köögis ootas teda isa.



küsis: „Juss, kust sa tuled?“



Mina olen
Jussi isa.

Juss läks näost punaseks.



vastas: „Koolist.“



ütles: „Sa valetad. Õpetaja helistas mulle. Ta ütles,
et sind ei olnud täna koolis. Kus sa olid?“



hakkas nutma: „Ma...Ma... Mari kutsus mu külla.
Me mängisime video-mänge.“



vastas rahulikult: „Juss, koolist ei tohi puududa.
Ja valetada ei ole ilus.“



ütles: „Jah, tean. Ma luban, et ma enam nii ei tee.“

1. Lõpeta laused.

1. Juss pidi minema kooli, aga läks Mari juurde.

Juss käitus (õigesti / valesti).

2. Juss valetas isale.

Juss käitus (õigesti / valesti).

2. Vaata pilte ja loe. Tõmba ring ümber piltidele, kus on näidatud õige käitumine.



Juss mängis video-mänge.



Juss õppis koolis.



Juss räägib tõtt.



Juss valetas.

**3. Vaata pilte ja loe. Mis juhtub, kui valetada?
Kuidas tüli lõpetada? Tõmba sobivale vastusele ring ümber.**



Juss valetab.



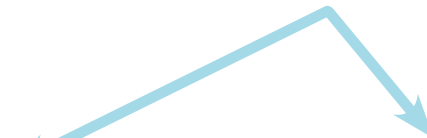
Juss ei tunnista
isale, et ta valetas.



Isa pahandab Jussiga.



Isa ja Juss lepivad ära.
Juss ei valeta enam.



Juss on isa
peale pahane.

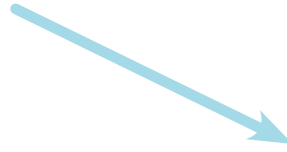
4. Vaata pilte ja loe. Mis juhtub, kui tunnistada vale üles?



Juss valetab.



Juss räägib
isale tõtt.



Isa saab teada, et Juss valetas
= isa pahandab Jussiga.



Isa palub Jussil enam mitte valetada.
Nad lepivad ära.

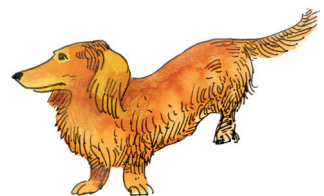
5. Loe vana-sõna.

Valel on lühikesed jalad.

Mida see vana-sõna tähendab? Värvi õige vastus.

1. Valel on lühikesed jalad nagu taksi-koeral.

2. Tõde tuleb alati välja.

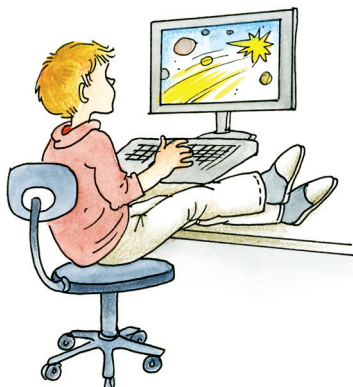


6. Lõpeta laused.

Aus inimene (valetab / räägib tõtt).

Valetamine toob kaasa (pahandust / rõõmu).

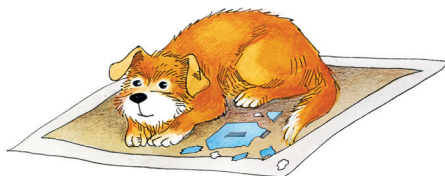
7. Vaata pilte ja loe. Vali sobilik vastus.
Tõmba sellele ring ümber.



Mängisin kogu
õhtu arvutis.
Ei tee kodu-tööd.



Miks sul on
kodu-töö tegemata?



Ütlen, et tegin,
aga koer sõi ära.



Ütlen, et ma
mängisin arvutis
ja unustasin teha.

8. Moodusta laused.

1. Ma mängisin (*kus?*)
2. Jätsin tegemata (*mille?*)
3. Õpetaja küsis (*mida?*)
4. Ütlesin õpetajale (*mida?*)

9. Vaata pilte ja loe. Vali sobilik vastus.
Tõmba sellele ring ümber.

Söön kõik küpsised ära.

Kes sõi kõik küpsised ära?

Ema

Ütlen, et mina sõin küpsised ära.

Ütlen, et õde sõi.

10. Moodusta laused.

1. Ma sõin (*mida?*)
2. Ema tuli koju ja küsis (*mida?*)
3. Mina vastasin emale (*mida?*)

11. Vaata pilte ja loe. Vali sobilik vastus.
Tõmba sellele ring ümber.

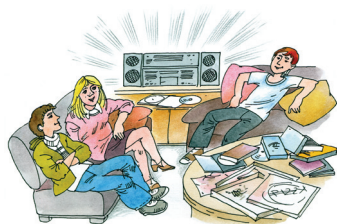


Olin kogu õhtu sõprade pool.
Ei jõudnud õppida.

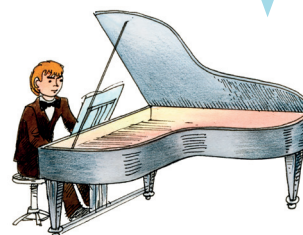
Miks sul on kõik
õppimata?



Ema



Ütlen, et oli kogu
õhtu sõprade pool.



Ütlen, et
harjutasin klaverit.

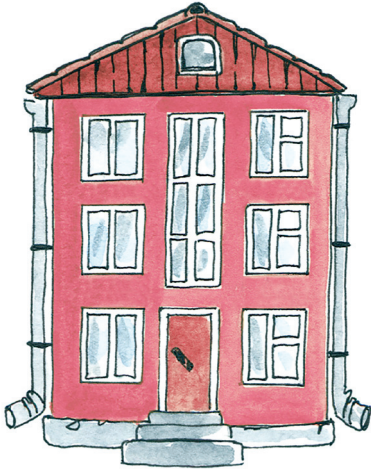
12. Moodusta laused.

1. Ma olin kogu õhtu (*kus?*)
2. Ma ei jõudnud (*mida teha?*)
3. Ema küsis (*mida?*)
4. Mina vastasin (*mida?*)

Tuleb olla aus.
Valetamine toob kaasa pahandust.

1.6. KÄITUMINE KODUÜMBRUSES

Loe.



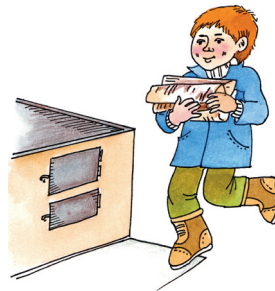
Laura elab suures korter-majas.
Laura peres elavad ema, isa, vend ja vanaisa.
Majas elab palju inimesi. Nad on Laura naabrid.
Naabritega tuleb viisakalt käituda. Neile tuleb
öelda „Tere!“. Koridoris ei tohi karjuda.
Muusikat tuleb kuulata vaikselt.
Vali muusika võib teisi segada.

Kui näed, et naaber vajab abi,
siis tuleb teda aidata.

1. Kuidas saad naabreid aidata? Vaata pilte.



Naaber kõnnib
kepiga.



Aitan kanda
puid tuppa.

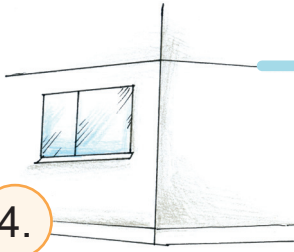


Naaber pühib
prügi kokku.

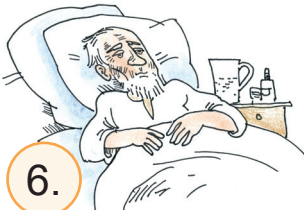


Viskan prügi
maha.

3.  Naabril valutab selg.  Aitan kasta tema lilli.

4.  Naabrid pesid maja seinad puhtaks.  Sodin seintele uued pildid.

5.  Naaber murdis jala-luu.  Toon talle ajalehe tuppa.

6.  Naaber jäi haigeks.  Käin tema koeraga jalutamas.

7.  Naaber kannab raskeid kotte.  Teen talle ukse lahti.

Kirjuta numbrid.

Aitan naabreid. Pildid,,,,

Ei aita naabreid. Pildid,

2. Vaata ja võrdle pilte. Arutle, kuidas on viisakas käituda.



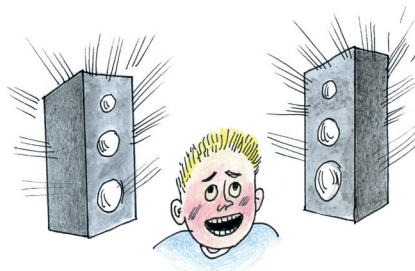
Karjun kõva häälega.



Räägin tasakesti.



Kuulan muusikat
kõrva-klappidega.



Kuulan muusikat
kõvasti.



Ütlen „Tere!“.



Ei ütle „Tere!“.

3. Vaata pilte. Mis tegevus rõõmustab / ei rõõmusta naabreid?

Tõmba ring ümber vastavale märgile.



1.



Võtan prügi maast üles.



2.



Viskan pudelid katki.



3.

Kuulan muusikat
kõrva-klappidega.



4.

Viskan prahi
prügikasti.



5.

Pühin trepi
puhtaks.



6.

Kuulan valjult
muusikat.



Loe ja kuula.

Maja ees kasvavad suvel ilusad lilled. Laura tahtis ema rõõmustada. Laura korjas peenralt punaseid lilli. Õhtul tuli ema töölt koju.



küsis: „Laura, kust sa need lilled said?“



vastas: „Ma korjasin maja eest. Kas sulle meeldivad?“



ütles: „Meeldivad küll. Aga need on tädi Malle lilled.
Kas sa küsisid tema käest luba?“



tundis häbi.



vastas: „Ei küsinud. Ma ei teadnud, et luba peab küsima.“



vastas: „Alati peab küsima luba. Lähme palume vabandust.“

4. Lõpeta laused.

1. Laura korjas (lilli / käbisid).
2. Lilled olid (sinised / punased).
3. Lillede omanik oli (tädi Malle / Laura).
4. Laura ema ütles, et tädi Mallelt (peab / ei pea)
luba küsima.

Kui asi pole minu oma, pean alati luba küsima omanikult.
Kui asi on minu oma, ei pea luba küsima.

5. Ühenda omavahel sobivad lause-pooled.

MINU OMA –

EI PEA LUBA KÜSIMA.

POLE MINU OMA –

PEAN LUBA KÜSIMA.

1.7. KÄITUMINE RAAMATUKOGUS. RAAMATU HOIDMINE

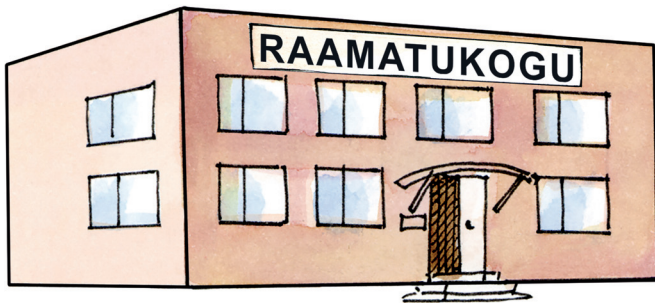
Loe ja kuula.

Õpetaja palus lastel suvel raamatut lugeda. Robin oli õnnetu. Tal ei olnud kodus ühtegi raamatut.

Robini ema ütles: „Lähme homme raamatu-kokku!“

Raamatu-kogu on suur maja. Robin astus majja sisse. Seal oli väga palju raamatuid. Ta ei osanud midagi otsida. Robin küsis vaikselt häälega töötajalt abi.

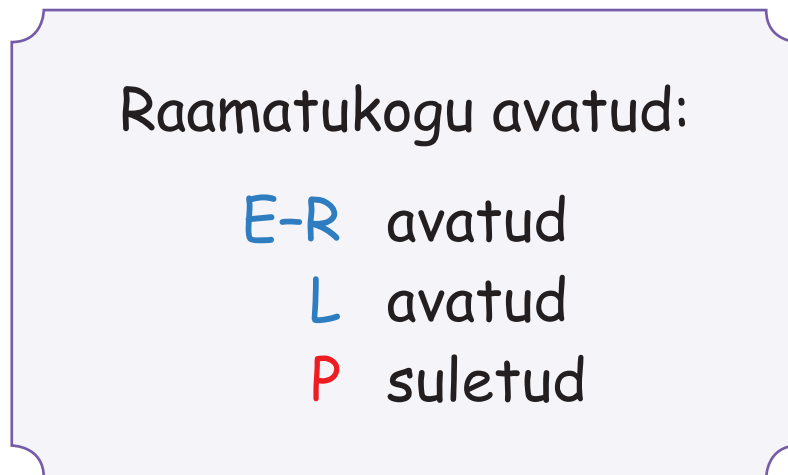
Raamatu-kogu töötaja aitas leida huvitava raamatu. Ta ütles, et Robin peab hoidma raamatu puhtana. Raamat tuleb tagasi tuua nädala pärast.



1. Vaata näidist. Ühenda täht õige nädala-päevaga.

E	reede
T	püha-päev
K	esmaspäev
N	teisi-päev
R	lau-päev
L	kolma-päev
P	nelja-päev

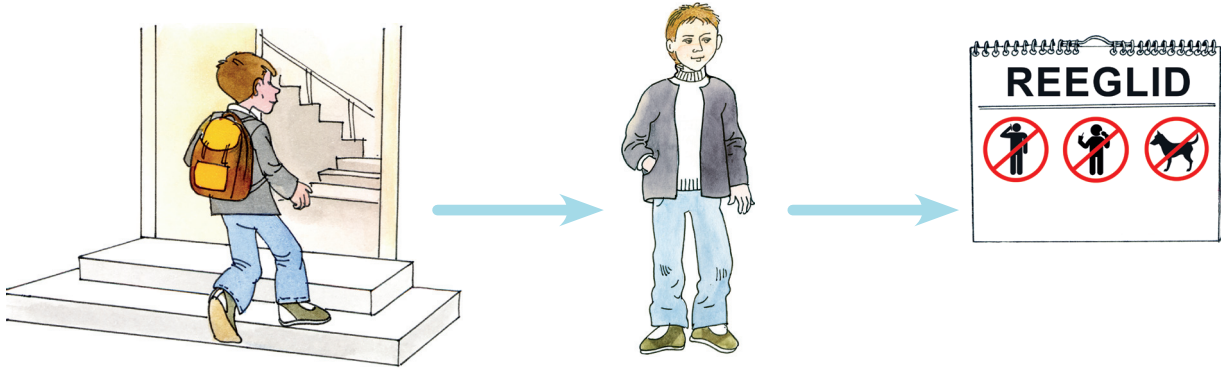
**2. Raamatu-kogu ukse peal oli silt. Mida see silt meile teatab?
Õpetaja aitab.**



3. Loe küsimus. Tõmba õigele vastusele ring ümber.

1. Mis päevadel oli raamatu-kogu avatud?
 - a) esmas-päeval, teisi-päeval, kolma-päeval, nelja-päeval, reedel ja lau-päeval
 - b) püha-päeval
 - c) lau-päeval ja püha-päeval
2. Mitmel päeval saab Robin raamatu-kogus käia?
 - a) 5 päeval
 - b) 6 päeval
 - c) 7 päeval
3. Mis päeval on raamatu-kogu suletud?
 - a) esmas-päeval
 - b) lau-päeval
 - c) püha-päeval

4. Vaata pilte ja loe.



Robin läks
raamatu-kokku.

Robin nägi midagi
seina peal.

Seal olid raamatu-
kogu reeglid.

5. Loe raamatu-kogu reegleid.

REEGLID

Ole vaikselt!

Küsi abi!

Hoia raamat terve ja puhas!

Too raamatud tagasi õigel ajal!



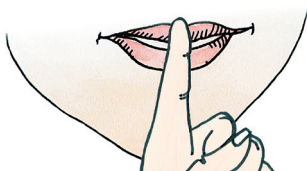
**6. Kuidas peab raamatu-kogus käituma? Vaata pilte.
Tõmba sobivatele piltidele ring ümber.**



Lõhun raamatuid.



Hoian raamatud puhtana.



Räägin vaikselt.



Räägin kõvasti.



Küsin abi.

**7. Mida EI TOHI raamatukogus teha? Loe ja vaata pilte.
Tõmba nendele piltidele ring ümber.**



Söön.



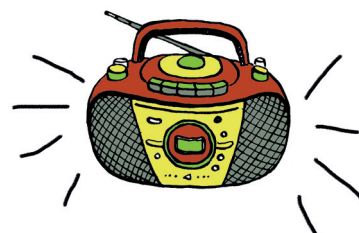
Jooksen.



Loen aja-lehti.

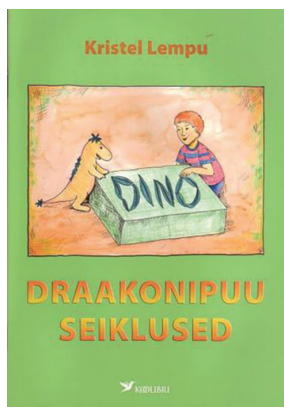


Sõidan tõuke-rattaga.



Kuulan muusikat kõvasti.

Loe ja kuula.



Robin leidis huvitava raamatu. Raamatu pealkiri oli „Dino. Draakonipuu seiklused’. Selle raamatu on kirjutanud Kristel Lempu.

Robin ei olnud varem raamatuid laenutanud. Ta pidi täitma andmete lehe enda kohta. Lehe peale kirjutas ta enda nime, vanuse ja aadressi.

8. Täida enda andmetega leht raamatu-kogu jaoks.

Nimi:	
Vanus:	
Kool:	
Klass:	

Loe ja kuula.

Robin oli nüüd raamatu-kogus lugeja. Ta sai hakata raamatuid laenutama. Robinile meeldis väga raamatu-kogus olla. Ta tahtis juba järgmisel nädalal tagasi tulla.

9. Arutle õpetajaga.

1. Kas sa oled raamatu-kogus käinud?
2. Kas sa oled laenutanud raamatuid?
3. Kus on sinule lähim raamatu-kogu?

1.8. KÄITUMINE SÖÖGILAUAS

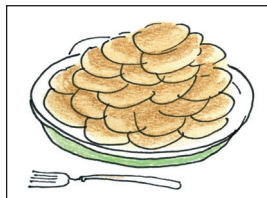
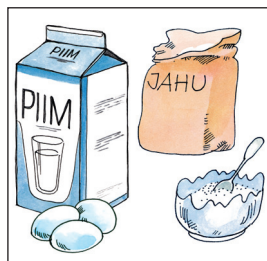
1. Loe ja vaata pilte. Ühenda joonega lause ja pilt.

1. Isa ärkab üles.

2. Isa läheb kööki.

3. Isa võtab munad, piima, suhkru ja jahu.

4. Isa valmistab maitsvad pann-koogid.



2. Vaata pilte ja loe.



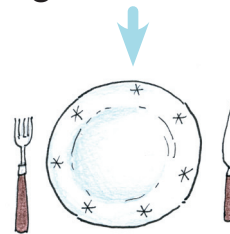
Hugo ärkab üles.



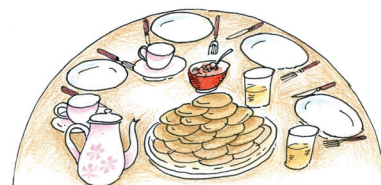
Hugo läheb kööki.



Hugo katab laua.



Kahvel on vasakul.



Laud on kaetud.

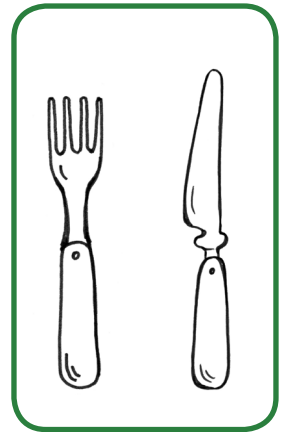
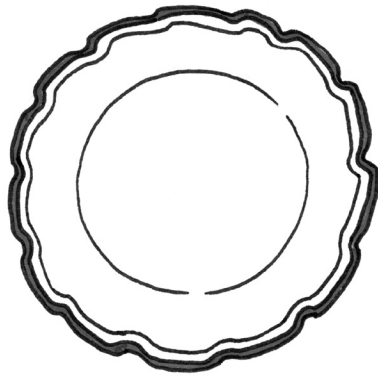


Ema ja Karl ärkasid.
Nad tulid sööma.



Hugo ja isa
on rõõmsad.

3. Vaata pilti taldrikust. Joonista taldriku juurde õiges paigutuses nuga ja kahvel.



4. Mida tuleb teha enne sööma hakkamist? Tõmba ring ümber.



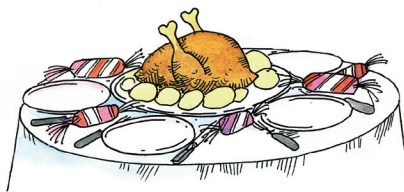
Valmistan süüa.



Pesen nõusid.



Laulan.



Katan laua.



Pesen käsi.



Pesen hambaid.



Pesen jalgu.

5. Mida EI TOHI söögi-lauas teha? Märki nende piltide juurde X.



Mängin toiduga.



Räägin täis suuga.



Söön kätega.



Mängin telefoniga.



Söön noa ja kahvliga.



Räägin perega juttu.

6. Arutle õpetajaga, miks ei tohi söögi-lauas

- a) telefoniga mängida?
- b) toiduga mängida?
- c) kätega süüa?

Loe.



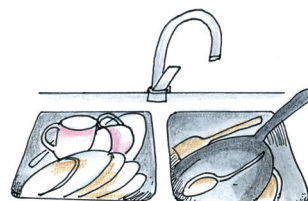
Pann-koogid olid otsas. Kõigil olid kõhud täis.
Nüüd oli vaja laud ära koristada.



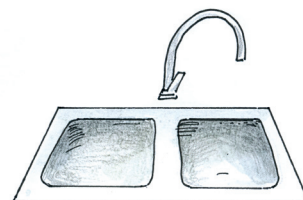
Karl koristas laualt tassid.



Ema pani mustad nõud
kraani-kaussi.



Isa pesi nõud puhtaks.



Hugo pühkis laua puhtaks.



7. Kes mida tegi? Ühenda.



EMA



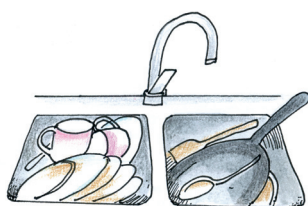
ISA



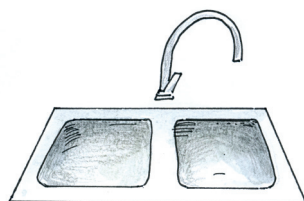
KARL



HUGO



Pesi nõud.



Pani mustad nõud
kraani-kaussi.



Pühkis laua
puhtaks.



Koristas laualt
tassid.

1.9. KÜLAS

1. Loe. Kuidas on viisakas vastata? Vali õige lause.



Mina olen
Laura.



Mina olen
Noora.



oli üksi kodus. Helises telefon. Helistas



ütles: „Tsau, Noora!”



vastas:

„Head aega!”

„Tsau, Laura!”



küsis: „Mida sa teed?”



vastas:

„Mul on igav.”

„Pole sinu asi.”



kutsus: „Aga tule mulle külla!”



vastas:

„Ei viitsi.”

„Muidugi tulen!
Küsin ema käest luba!”

2. Kes on tore külaline? Tee ring ümber.

VANA-EMA

SÕBER

ÕPETAJA

VANA-ISA

TRENNI-KAASLANE

NAABER

VARAS

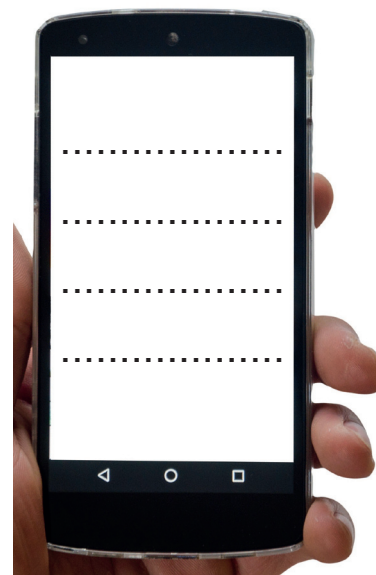
ARST

3. Keda sina endale külla tahad kutsuda?

Kirjuta tema nimi mobiili ekraanile.

Miks sa tahad teda külla kutsuda?

.....
.....



4. Mida tegi Noora enne külla minekut? Vaata pilte ja loe.

Ühenda oma-vahel tekst ja pilt.

NOORA ...

pani selga puhtad riided.

kammis juuksed.

pani mobiili taskusse.

võttis küpsised kaasa.

lukustas kodu ukse.



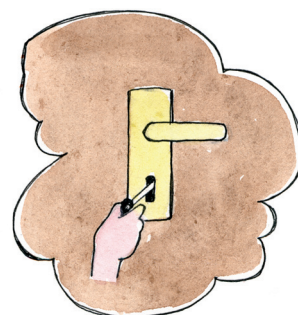
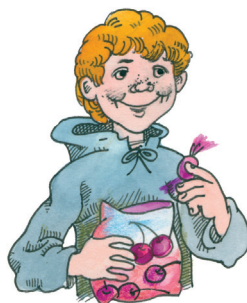
5. Loe. Leia igale pildile sobiv selgitus. Ühenda need joonega.

Pane kodu uks kinni!

Võta kaasa midagi maitsvat!

Tee ennast korda!

Kutsu ema või isa endale järgi!



Loe.

Noora ja Laura elavad samal tänaval. Noora elab koos enda perega valges majas. Nende maja asub tänava lõpus.



Noora elab valges majas.



Otsi üles Noora maja. Tõmba ring ümber.



Tänav algab.

Tänav lõpeb.

Laura kodu asub tänava alguses. See maja on roosat värvi.



Laura elab roosas majas.



Otsi üles Laura maja. Tõmba ring ümber.



Tänav algab.

Tänav lõpeb.

6. Vali lausele õige lõpp.

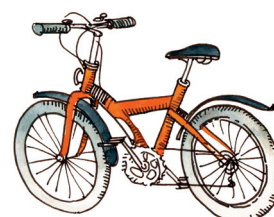
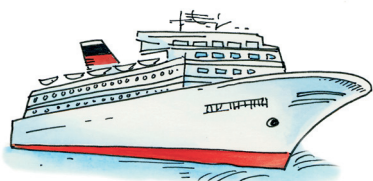
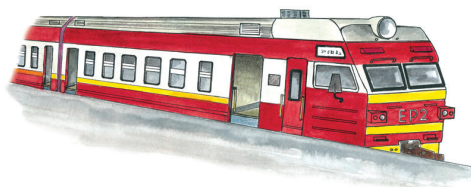
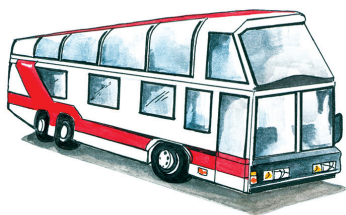
Noora ja Laura elavad

üks-teisest kaugel.

üks-teisele lähedal.

7. Vaata pilte. Millega Noora võis Laura juurde sõita?

Tõmba nende piltidele ring ümber.



8. Noora jõudis Laura juurde. Vaata pilte ja loe.

Kuidas võib külas käituda? Tõmba õigetele piltidele ring ümber.



Söövad köögis küpsiseid.



Määrivad diivani toiduga.



Mängivad legodega.



Mängivad laua-mänge.



Hüppavad voodi peal.



Proovivad Laura ema riideid.

1.10. SÜNNIPÄEV

Loe.

Robin sai 10-aastaseks. See oli Robini jaoks tähtis päev. Ta tahtis peo korraldada. Robin kirjutas kutsed, et külalisi peole kutsuda.

Loe, mis kutsele kirjutatakse.



1. Sul tuleb sünni-päev. Kirjuta näidise järgi enda sõbrale sünni-päeva-kutse.

.....!

Palun

.....

.....

.....

.....

2. Loe laused. Tõmba maha laused, mis ei sobi sünnipäeva kutsele.

Ära tule minu sünnipäevale!

Palun tule minu sünnipäevale!

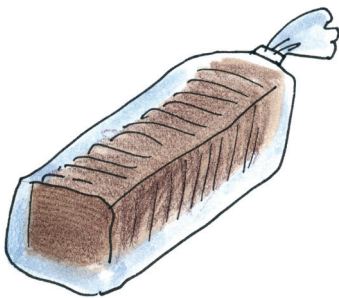
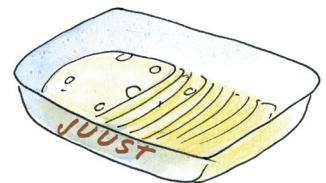
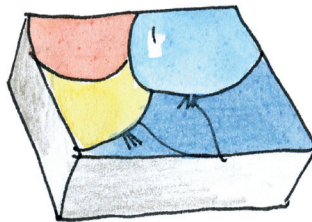
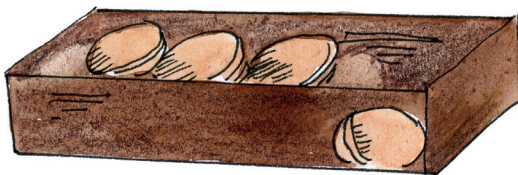
Mine koeraga parki.

Minu sünnipäev algab kell 12.

Loe ja kuula.

Robin käis vanematega poes. Nad valisid poest šokolaadi-tordi ja limonaadi. Veel ostsid nad õhu-palle ja kümme küünalt.

3. Mida ostis Robin poest? Tõmba õigetele piltidele ring ümber.



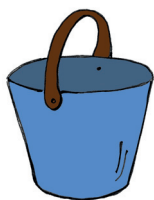
Loe.

Robin kutsus sünnipäevale oma parimad sõbrad. Robini sõbrad võtsid kaasa kingituse, lilled ja sünnipäeva-kaardi.

4. Mida sõbrad sünnipäevale kaasa võtavad? Vali õiged pildid.



LILLED



ÄMBRIGA VEE



KINGITUSE



KAARDI



KOERA



SÕBRAD

Loe ja kuula.

Robin sõi koos külalistega torti ja jõi limonaadi. Siis hakkasid nad mängima. Lapsed tahtsid mängida Robini arvutis mängu. Robini ema seda ei lubanud. Ta ütles: „Arvuti teeb silmad haigeks. Ja paneb selja valutama.“ Lapsed mängisid hoopis peitust. See oli väga põnev mäng. Sünnipäeva-pidu oli väga tore!

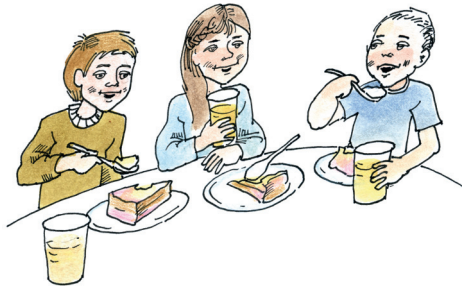
5. Miks ei ole hea liiga palju arvutis mängida? Vaata pilte ja loe. Tõmba ring ümber sobivatele piltidele.

1. Selg jääb haigeks.
2. Silmad jäävad haigeks.
3. Saad liiga targaks.
4. Istud liiga palju ühe koha peal.
5. Muutud väga tugevaks.



**6. Vaata pilte. Kuidas tuleb sünnipäeval käituda?
Tõmba õigetele piltidele ring ümber.**

Sünni-päeval lapsed ...



söövad torti.



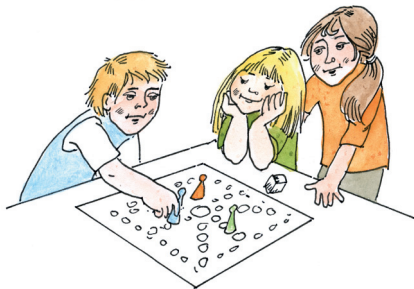
hüppavad voodi peal.



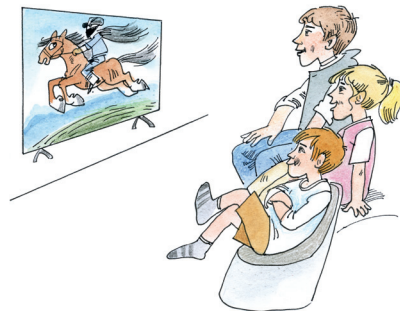
mängivad video-mänge.



korraldavad segaduse.



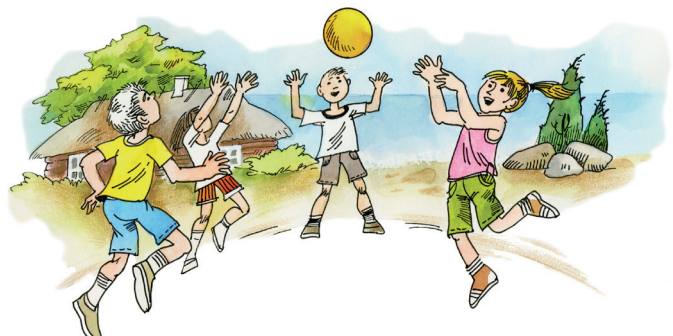
mängivad laua-mänge.



vaatavad telerit.



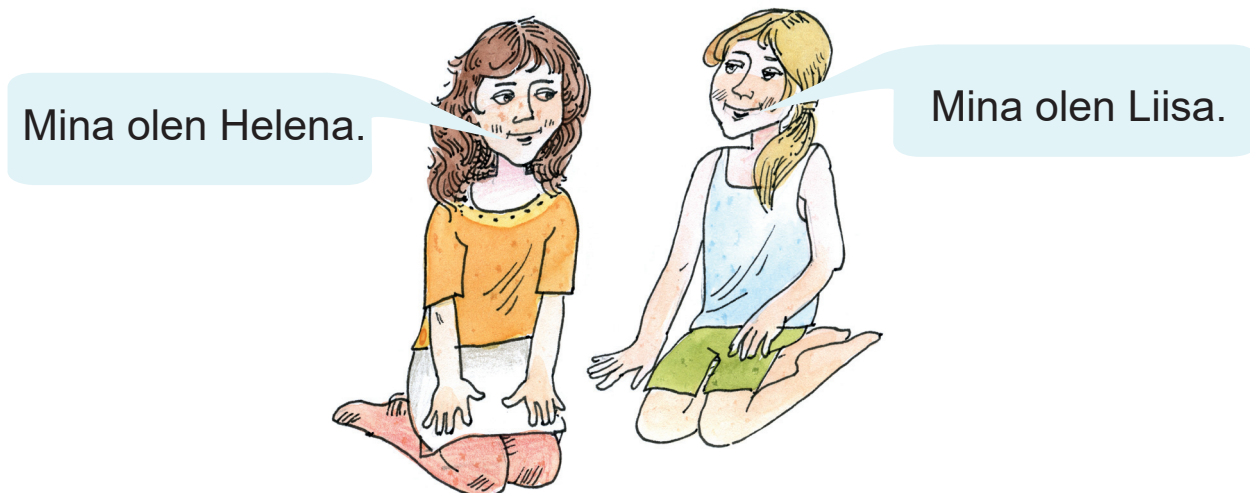
mängivad peitust.



mängivad palli.

1.11. KORDAMINE

1. Pildil on Liisa ja Helena. Uuri nende välimust. Täida tabel.
Tee õigesse kasti X.



VÄLIMUS	HELENA	LIISA
Tüdruk		
Poiss		
Pikad juuksed		
Lühikesed juuksed		
Heledad juuksed		
Tumedad juuksed		
Lokkis juuksed		
Sirged juuksed		

2. Arutlege klassis täidetud tabeli järgi.

1. Mille poolest on tüdrukud sarnased?
2. Mille poolest tüdrukud erinevad?

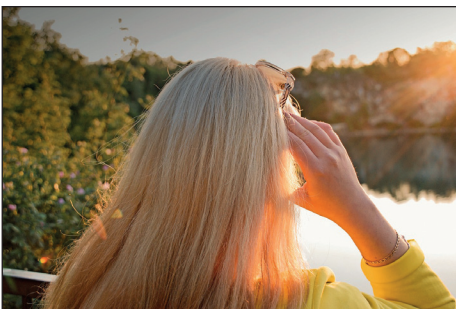
**3. Kuidas hoiad ennast puhtana? Vaata pilte ja vali õiged vastused.
Tee õigele vastusele ring ümber.**



Pesen hambaid { hamba-harjaga.
{ nuustikuga.



Lõikan küüsi { hamba-harjaga.
{ küüne-kääridega.



Kammin juukseid { kammiga.
{ kääridega.



Pesen ennast { nuustikuga.
{ kammiga.

**4. Vaata järgmisel lehel olevaid pilte.
Mida sa teed ainult kodus?
Mida sa teed ainult koolis?
Mida sa teed kodus ja koolis?
Kirjuta pildi number õigesse tulpa.**

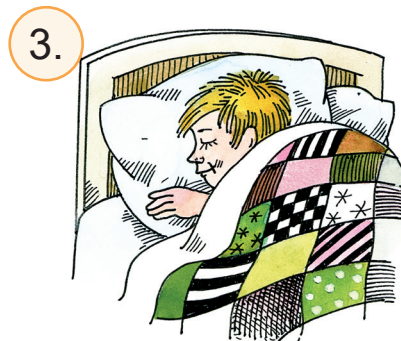
TEEN KODUS	TEEN KODUS JA KOOLIS	TEEN KOOLIS



Räägin õpetajaga.



Mõtlen.



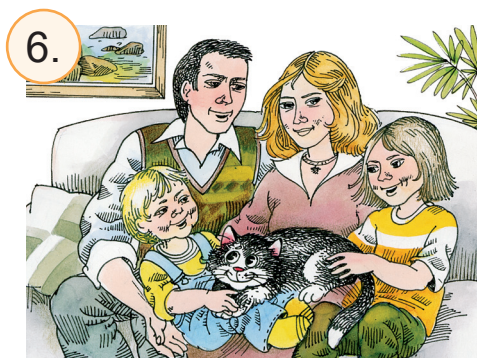
Magan.



Helistan.



Kasutan WC-d.



Räägin vanematega.



Õpin.

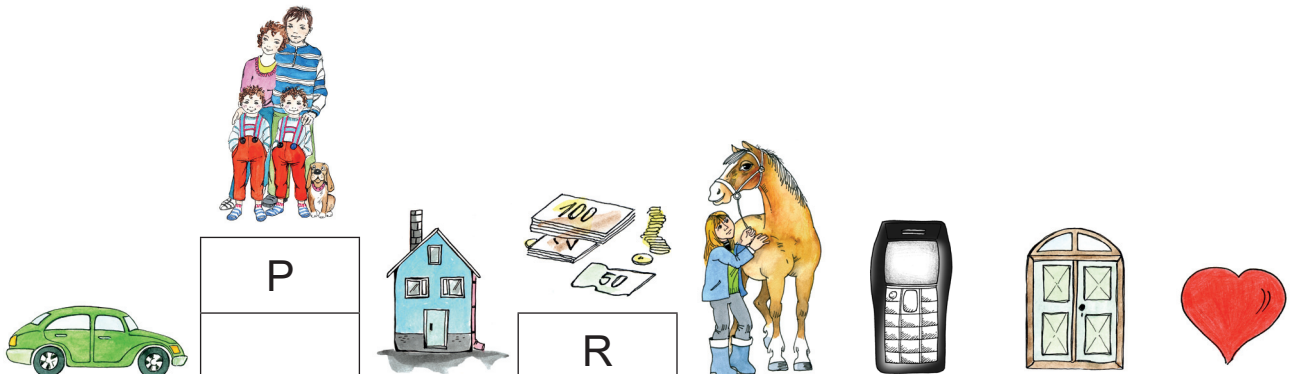


Söön.



Olen koos sõpradega.

5. Vaata pilte. Täida ristsõna. Mis on elus oluline asi?



	P		R				
A	R				T	U	S
	E	A	H	Õ	E	K	
T		J	A	B	L		D
O		A		E	E		A
				R	F		
					N		

6. Vaata pilte. Vali pildiga sobiv sõna.



HÄBI

RÕÕM

ÜLLATUS

HIRM

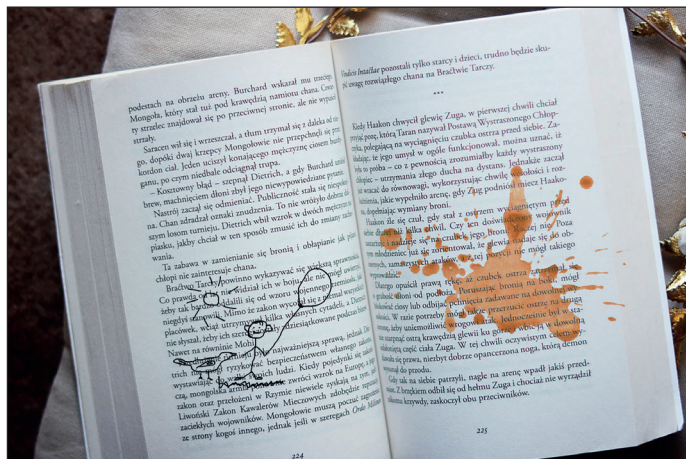
VIHA



7. Mis on raamatuga juhtunud? Tõmba ring ümber õigetele vastustele.

Raamat on

- 1) soditud,
- 2) puhas,
- 3) plekiline.



8. Kuidas tuleb raamatu-kogus käituda? Loe laused. Jooni sobiv lause lõpp.

Raamatu-kogus peab rääkima **kõva häälega** / **vaikselt**.

Kui ei leia õiget raamatut, siis **küsi abi** / **jookse ära**.

Raamatud peavad olema **plekilised** / **puhtad**.

Laenatud raamatud tuleb tuua tagasi **õigel ajal** / **mitte kunagi**.

9. Kirjuta oma sõbrale sünni-päeva kaart.



KALLIS

PALJU

.....!

SOOVIB

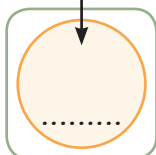
10. Valetada ei ole õige. Kirjuta õige pildi number sobivale kohale.



Poiss valetab.



Poiss ei tunnista,
et ta valetas.

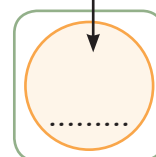


Poisi vanemad on pahased, et:

- ♦ poiss valetas.
- ♦ ei tunnista valet üles.



Poiss räägib tõtt.



Vanemad on pahased, et poiss valetas.
Kiidavad poissi, et ta tõtt rääkis.
Lepivad ära.

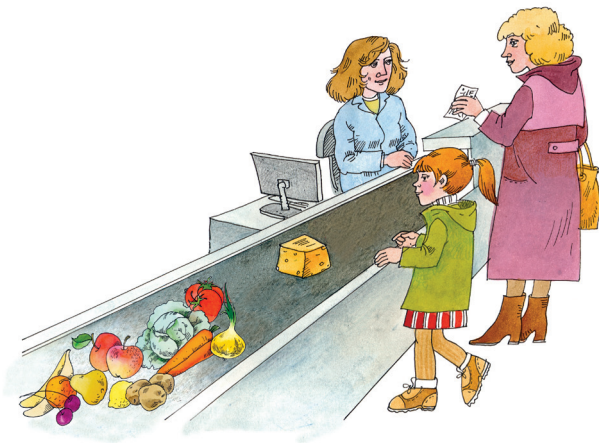


2. MINA JA TERVIS

2.1. MINU ENESETUNNE

Loe ja kuula.

Ema ja Laura läksid koos poodi. Nad ostsid puu-vilju, juur-vilju, juustu ja leiba. Pärast poes-käiku nad sõitsid koju. Laural oli kõht väga tühi.



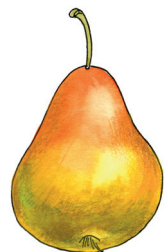
Ta tahtis kohe pirni süüa. Ema hüüdis: „Laura, pese pirn enne söömist ära!“ Kuid Laura ei pesnud pirni. Ta hakkas seda kohe sööma. Mõne tunni pärast hakkas Laural kõht valutama. Ta tundis ennast väga halvasti.

1. Jooni alla õige vastus.

Ema palus pirni ära pesta, sest see oli **puhas** / **must**.

Laural kõht valutas, sest ta **pesi** pirni ära / **sõi** pesemata pirni.

Enne söömist on vaja pirn **läbi keeta** / **ära pesta**.



2. Vaata skeemi.



Puu-vilju pritsitakse
putuka-tõrjega.



Puu-vilju katsutakse
pesemata kätega.



Taimel elavad
putukad.

**Kuidas puu-viljad
mustaks saavad?**



Pisikud



Keegi aevastab puu-vilja peale.



Mustus, tolm, praht.

3. Vaata digi-õpikust videot, kuidas puu-vilju vahatatakse.

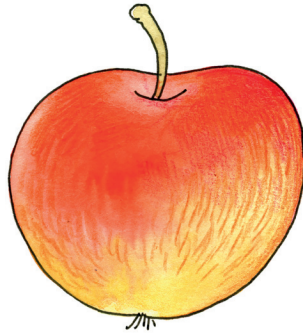
MIKS PEAB PUU-VILJU PESEMA?

Puu-viljal on:

mustust

prahti

pisikuid



Poest ostetud puu-vili on
käega katsudes rasvane.

See on vaha.

Vahatatud puu-vili säilib paremini.

Parem on süüa puhtast vilja.

PESE PUU-VILI ALATI ENNE SÖÖMIST ÄRA!

Meie enese-tunnet mõjutavad veel
paljud tegevused.

4. Mis põhjustab halba enese-tunnet? Jooni õiged vastused.

kõhu-valu

süda on paha ehk iiveldab

rahulik istumine

oksendamine

kõndimine

palavik

pea-valu

pea käib ringi

RAVIMID

Loe.

Ravimid aitavad haigustest jagu saada. Need parandavad meie enese-tunnet. Ravimeid on väga erinevaid. Mõnda ravimit kirjutab arst. Teisi ravimeid saab osta apteegist.

Ravimeid on erineval kujul.



tabletid



siirupid



kapslid



tilgad



süstla-lahused



ravim-taimed

5. Arutle õpetajaga.

Mis ravimeid oled pidanud sina võtma?

6. Kuidas need ravimid inimest aitavad? Ühenda joonega.

valu-vaigisti

vähendab valu

köha-siirup

ravivad nohu

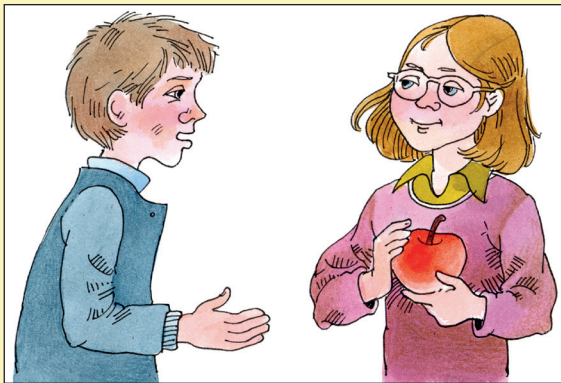
nina-tilgad

ravib köha

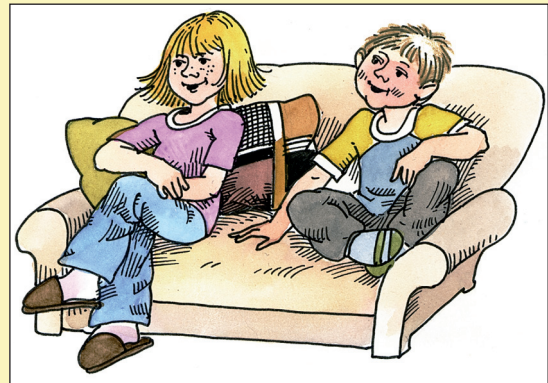
Loe.

Ravimeid annab sulle täis-kasvanu.
Ravimeid tuleb võtta täpselt nii palju,
nagu arst on kirjutanud.
Kui sa võtad ravimeid rohkem,
võib tekkida mürgitus.

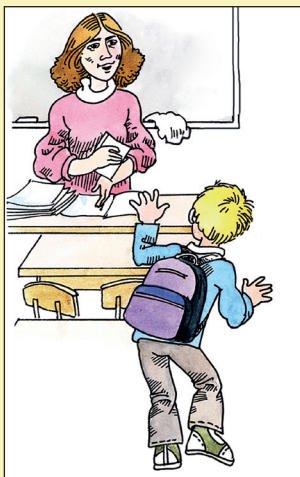
Kui sul on halb enese-tunne, siis räägi sellest:



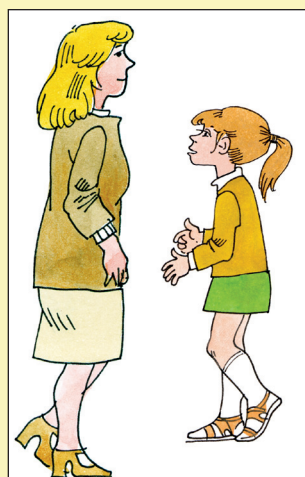
kaaslasele



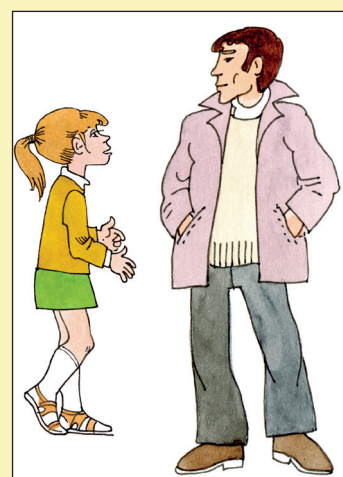
õele-vennale



õpetajale



emale



isale

Nemad saavad sind aidata.

2.2. TERVE JA HAIGE INIMENE

Loe ja kuula.



Käes oli külm talv. Kadri tegi sõpradega õues lume-memme. Lumi tegi kindad väga märjaks. Kadri teisi kindaid taskus polnud. Märgade kinnastega hakkas külm.

Järgmisel päeval oli Kadri halb olla. Ta jäi haigeks. Kadri pidi lamama voodis. Tal oli köha, nohu ja palavik. Sel nädalal Kadri sõpradega mängida ei saanud.

1. Vasta küsimustele.

1. Kuidas Kadri end järgmisel päeval tundis?
2. Mida Kadri tegi valesti?
3. Mida Kadri oleks võinud teha teisiti, et mitte haigeks jääda?

2. Millist kraadi-klaasi oled sina kasutanud? Märki X.



3. Vaata kraadi-klaaside pilte.



normaalne keha-temperatuur

36,6–37,3 kraadi

PALAVIKKU

EI OLE



kerge palavik

kõrge palavik

väga kõrge palavik

Palavik algab 37,4 kraadist.

37,4–41 kraadi

ON PALAVIK

Palavikuga on keha-temperatuur kõrgem.

4. Otsusta, kas on palavik või mitte. Tõmba ring ümber õigele vastusele.



5. Mis võis olla Kadri keha-temperatuur? Jooni õige vastus.

1) 35 kraadi

2) 37 kraadi

3) 39 kraadi

**6. Kuidas ära tunda külmetus-haigust? Vaata fotot.
Jooni õige vastus.**



Keha-temperatuur on madalam / kõrgem.

Nina on / ei ole nohune.

Kurk on / ei ole valus.

On / Ei ole külma-värinaid.

On väsimus. / Ei ole väsimust.

VALU

Loe.

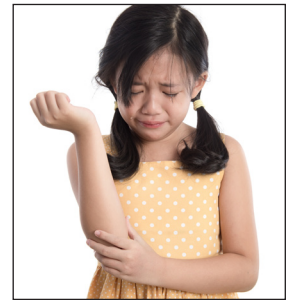
Haigusega võin tunda valu. Mõni-kord tunnen valu ka mõnes teises olu-korras. Valu tekib siis, kui näiteks:



kukun ratta pealt maha



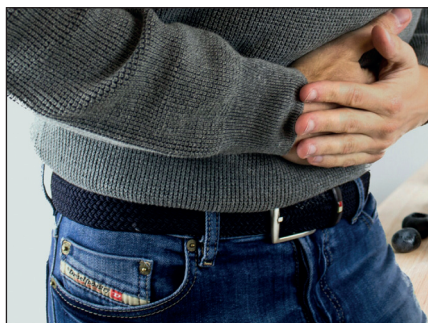
komistan trepil



löön end ära



olen haige ja
palavikus



kõht valutab halvaks
läinud toidust



herilane
hammustab

7. Arutle õpetajaga.

Mis veel valu võib tekitada?

8. Vahel võib juhtuda, et jääd koolis haigeks. Tunned, et halb on olla. Mida siis teha? Vaata joonist.



Lähen õpetaja juurde.



Ütlen õpetajale, et tunnen end halvasti.



Lähen koos õpetajaga kooli-õe juurde.



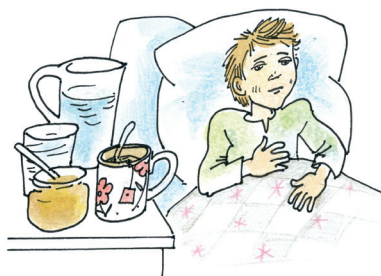
Kooli-õde kraadib ja küsitleb mind.



Õpetaja helistab mu emale.
Ema tuleb mulle kooli järgi.



Võtan kooli-koti.
Lähme koju.



Kodus pean:

- ♦ jooma vett või teed,
- ♦ puhkama.

9. Kuidas käitunud, kui oled jäänud koolis haigeks?

Järjesta tegevused numbriga.

- ☐ Õpetaja kutsub mulle ema järgi.
- ☒ 5. Lähen koju puhkama.
- ☐ Kooli-õde kraadib ja küsitleb mind.
- ☐ Õpetaja viib mind kooli-õe juurde.
- ☒ 1. Lähen õpetaja juurde.

10. Vanemad on tööl. Olen üksi kodus. Jään haigeks.

Mida teen? Jooni õige vastus.

Helistan vanemale / politseisse.

Ütlen, et tunnen end halvasti / hästi.

Ma lähen puhkama / vaatan telerit / kutsun sõbrad külla.

Ma joon / ei joo palju vett.

Võtan / Ei võta ise ravimeid.

11. Arutle õpetajaga.

1. Miks peab haiguse ajal palju vett jooma?

2. Miks ei tohi ise ravimeid võtta?

TERVE INIMESE TUNNUSED	HAIGE INIMESE TUNNUSED
keha ei valuta	nohu
hea tuju	köha
hea söögi-isu	palavik
palju jõudu	valu

ALLERGIA

Loe ja kuula.

Kadri sööb tihti . Ta sööb neid palju.

Üks-kord tulid Kadri nahale suured punased täpid.

Need sügelesid kõvasti. Ema oli murelik. Kadri läks emaga



juurde. Arst uuris Kadrit põhjalikult. Ta leidis, et Kadril on **allergia**



vastu. Kahjuks ei tohi Kadri enam maasikaid süüa.



Inimesed võivad olla tundlikud mõne asja suhtes. Näiteks



õie-tolm



muna



piim



puu-viljad



loomad

Allergia võivad olla sellised tunnused:

- ♦ nahal täpid või punased laigud
- ♦ raske hingata
- ♦ silmad sügelevad
- ♦ silmadest tuleb vett
- ♦ kõhu-valu
- ♦ aevastad
- ♦ nohu
- ♦ kinnine nina
- ♦ oksendad

Allergiaga tulevad nahale täpid või punased laigud.



täpid



laigud

12. Paranda allergia tunnused õigeks. Tõmba vale sõna maha.

1. Nahal on rohelised / punased täpid.
2. On raske / kerge hingata.
3. Nahk sügeleb / helendab.
4. Silmadest tuleb vett / piima.
5. Sa aevastad / norskad.
6. Sul on kõhu-valu. / Su kõht koriseb.

13. Arutle õpetajaga.

Kas sul on olnud allergia tunnuseid?
Missuguseid?

Vahel jäävad inimesed
haigeks. Siis tuleb puhata.

2.3. KUIDAS HAIGUSI ÄRA HOIDA?

Loe.

Kui inimene on haige, tunneb ta ennast halvasti.

Haigeks võib jääda mitut moodi. Haigused võivad levida inimeselt inimesele. Pisikud levivad õhu ja käte kaudu. Võime jääda haigeks ka vale riietust kandes. Mida teha, et olla terve?

1. Vaata digi-õpikust videot, kuidas ennetada nakatumist. Vasta küsimustele video kohta. Jooni õige vastus.

1. Millega Diego käsi puhastas?
 - a) veega
 - b) deso-vahendiga
 - c) limonaadiga

2. Mida peab haige inimene kandma näol?
 - a) maski
 - b) prille
 - c) meiki

3. Kui oled haige, siis ...
 - a) külasta sõpru.
 - b) mine ujuma.
 - c) püsi kodus.



DESO-VAHEND –
vedelik, mis puhastab
käsi pisikutest.

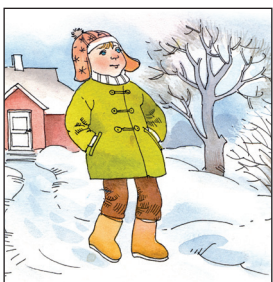
2. Loe ja kuula. Mida teha, et haigust ära hoida?

Pea meeles 5 põhilist reeglit.



1. PESEN KÄSI.

Käte peal on palju pisikuid. Käte pesemine aitab vabaneda pisikutest. Pisikud tekitavad meile haigusi.



2. KÜLMA ILMAGA KANNAN SOOJA RIETUST.

Talvel tuleb keha kaitsta. Talvel kannan jopet, pakse pükse, mütsi, salli ja kindaid.



3. SOOJA ILMAGA KANNAN ÕHUKESI RIIDEID.

Suvel tuleb kanda õhukesi ja lühikesi riideid. Paksude riietega hakkab suvel palav.



4. TEEN AKNAD LAHTI JA ÕHUTAN TUBA.

Haiguse ajal on toas palju pisikuid. Siis teeme aknad lahti ja õhutame tuba. Siis on toas värske ja puhas õhk.

5. KARASTAN. Inimene karastab end külma veega. Ta teeb seda jää-augus või külma duši all. Karastamine on tervisele kasulik.

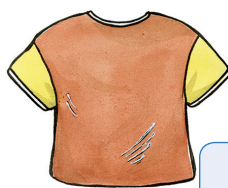
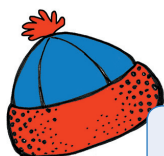


jää-augus suplemine



külm dušš

3. Milliseid riideid ja jalanõusid kannan suvel? Märki X.

☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐

4. Loe. Kirjuta lünka sobiv sõna. Vali sõnad ülesande alt.

1. (*Mida teen?*) käsi.
2. Kannan ilmaga (*missugust?*) riietust.
3. Teen kodus aknad lahti, et tuba (*mida teha?*)
4. Karastan end (*missuguse?*) veega.

külma

sobivat

õhutada

pesen

1. PESEN KÄSI.

2. KÜLMA ILMAGA KANNAN SOOJA RIIEID.

3. SOOJA ILMAGA KANNAN ÕHUKESI RIIDEID.

4. ÕHUTAN TUBA.

5. KARASTAN.

KUI SA JÄRGID NEID REEGLEID, SIIS OLED TERVEM!

2.4. TERVISLIK ELUVIIS

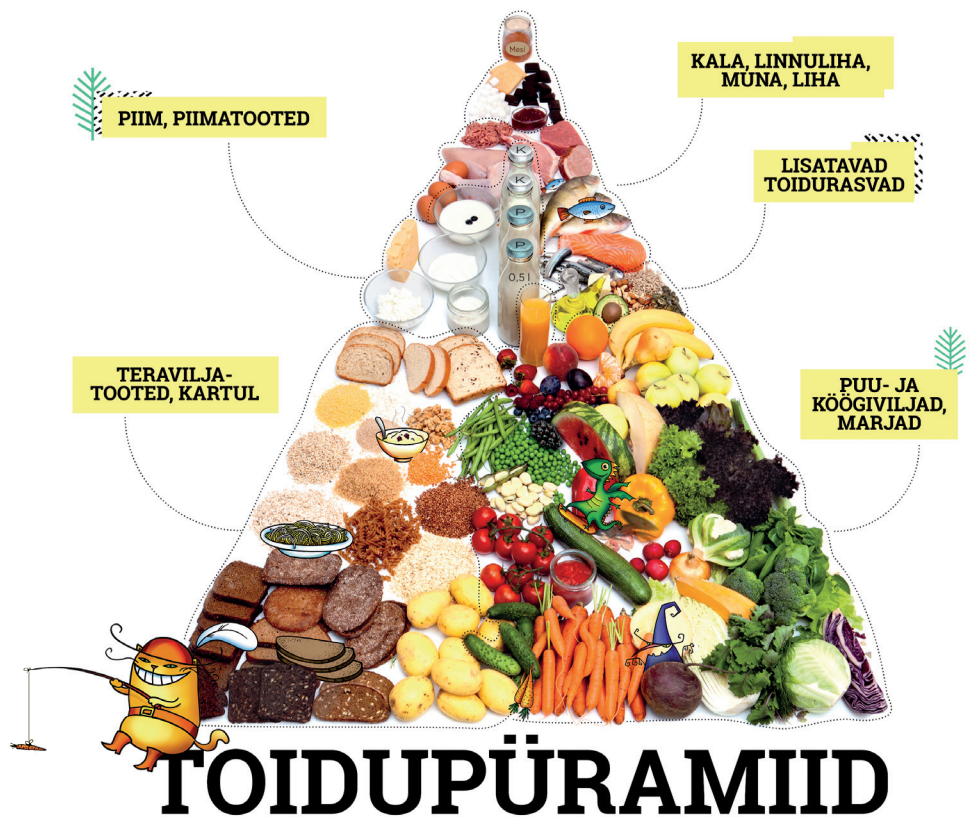
TOITUMINE

Loe ja kuula.

Õige toitumine on väga tähtis. Oluline on süüa mitme-külgselt, et oleksid terve. Vaata toidu-püramiidi. Siin on 5 olulist toidu-ainete gruppi:

- 1) puu- ja köögi-
viljad, marjad;
- 2) tera-vilja-tooted,
kartul;
- 3) pähklid, seemned,
õli, või;
- 4) piim, piima-tooted;
- 5) kala, linnuliha,
muna, liha.

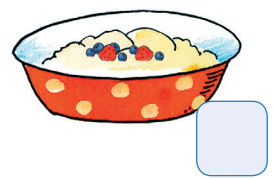
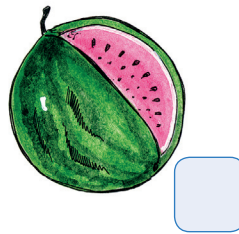
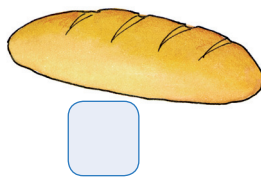
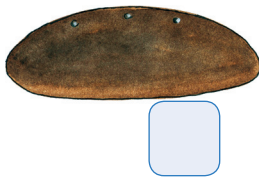
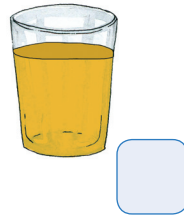
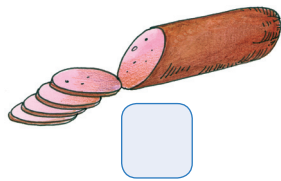
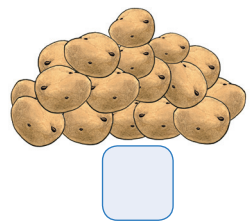
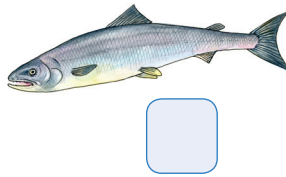
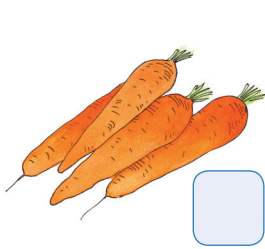
Söö iga päev midagi
viiest toidu-grupist.



Tähtis on süüa erinevaid toite. Ära liialda magusaga ning soolaste näksidega! Lisaks tervislikule toitumisele:



1. Vaata toidu-ainete pilte. Leia pilt, mis ei sobi ritta. Märgi X.



2. Täida tabel. Otsusta, kas toit on tervislik.

Kirjuta tabeli õigesse tulpa X.

TOIT	TERVISLIK	EI OLE TERVISLIK
kohuke		
saiake		
tomat		
banaan		
krõpsud		
jäätis		
vesi		

3. Vaata joogi ja toidu pilte. Mida sina sööd hommikuti? Märki X.

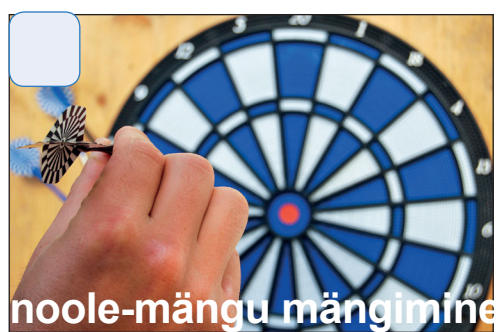
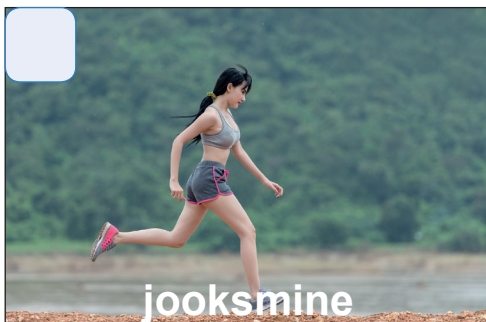
☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐

LIIKUMINE

Loe ja kuula.

Liikumine hoiab sind tervena. Kui sa liigud iga päev tund aega, siis sa tunned end hästi. Liikumine aitab sul paremini õppida ja keskenduda.

4. Mis tegevus on liikumine? Märki need pildid X-ga.



5. Täida tabel. Tee oma liikumis-plaan kolmeks päevaks.

Näide.

esmas-päev	kõndimine	1 tund
------------	-----------	--------

PÄEV	TEGEVUS	KESTUS
ESMAS-PÄEV		
TEISI-PÄEV		
KOLMA-PÄEV		

Tervislik toit ja liikumine hoiab sind tervena.
Söö palju puu-vilju ja juur-vilju.
Liigu iga päev vähemalt tund aega.

UNI JA PUHKUS

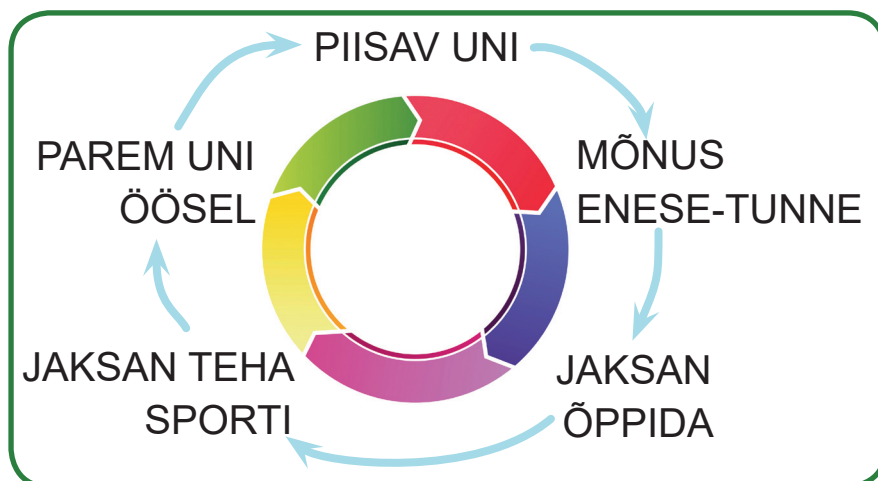


Loe ja kuula.

Iga inimene vajab puhkust. Kui teed palju sporti, peaksid ka puhkama. Õhtul on aeg magamiseks. Kui oled puhanud ja värske, tunned end hästi.

6. Vaata joonist. Arutle õpetajaga.

1. Kuidas uni mõjutab enese-tunnet?
2. Kuidas uni mõjutab päeva tegevusi?



7. Vaata tabelist, kui kaua peavad inimesed magama öösel.

	Mirtel	Laura	Martin	Hermann
nimi ja pilt				
vanus	1a	10a	30a	65a
une kestus	13 tundi	10 tundi	8 tundi	7 tundi

8. Täida lüngad tabeli abil.

1. Mirtel on 1-aastane. Tema peab magama 13 tundi.
2. Laura on-aastane. Tema peab magama 10 tundi.
3. Martin on 30-aastane. Tema peab magama tundi.
4. Hermann on-aastane. Tema peab magama tundi.

Puhkamine on väga tähtis.
Kui oled puhanud ja värsk, tunned end hästi.
Nii jaksad paremini õppida ja sporti teha.

4. Mis on tervislik toit? Mis ei ole tervislik?

Kirjuta, kas toit on tervislik (JAH) või eba-tervislik (EI).



.....



.....



.....



.....



.....



.....



.....



.....



.....



.....



.....



.....

Toitu tervislikult.

Liigu iga päev tund aega.

Pese oma käsi mitu korda päevas.

Kui jääd haigeks, palu abi täis-kasvanult.

Täis-kasvanu annab sulle ravimeid.

Ole terve!



3.1. SUURPERE JA VÄIKE PERE

Loe.

Pered on erineva suurusega. Pere võib olla suur või väike. Väikses peres on 1 või 2 last. Suures peres on 3 või rohkem last.

1. Milline on suur-pere? Milline on väike pere?

Ühenda sõna õige pildiga.

suur-pere

väike pere



Loe.

Suures peres elasid koos vana-ema, vana-isa, ema, isa ja lapsed.
Suur-pere vanasti võis välja näha selline:



2. Leia pildilt pere-liikmed. Ühenda joonega sõna ja inimene pildil.

vana-ema

vana-isa

ema

isa

laps



3. Vaata erinevaid pere-pilte.

Nimeta suuliselt, kes on nendes peredes.



4. Arutle õpetajaga.

Milline neist on suur-pere? Milline väike pere?

5. Milline pere-kond on sinu perele sarnane? Vali number 1–8.

1. 2. 3. 4. 5. 6. 7. 8.

ÕED JA VENNAD, TÄDID JA ONUD

Sa tunnend erinevaid pere-liikmeid:
ema, isa, lapsed, vana-ema, vana-isa.
Lapsed võivad olla **pojad** või **tütred**.
Aga kes on **õde**? Kes on **onu**?

Loe.



Ühe pere lapsed on õed-vennad.

Poisid on teine-teisele vennad.

Poisid on ka tüdrukutele vennad.

Tüdrukud on teine-teisele õed.

Tüdrukud on ka poistele õed.

6. Vaata pilti. Vasta küsimusele numbriga.

Mitu venda on selles peres?

Mitu õde on selles peres?

Mitu tütart on peres?

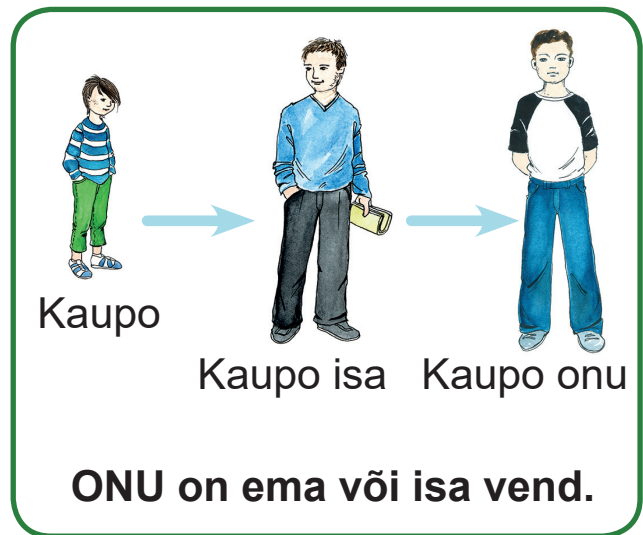
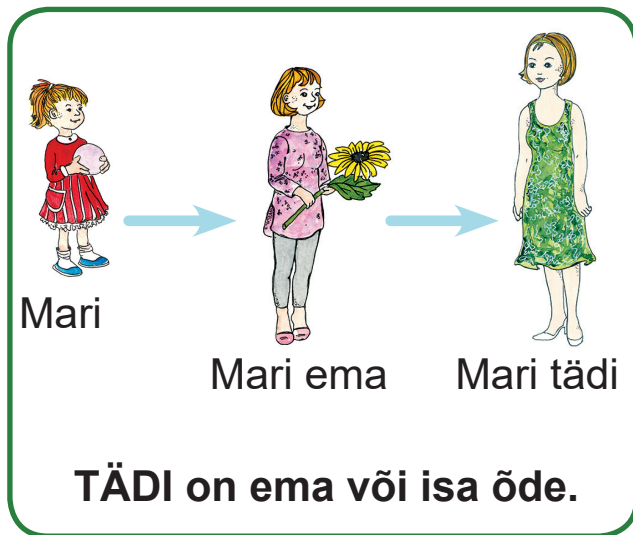
Mitu poega on peres?

Loe.

Sinu emal võib olla õde või vend. Sinu isal võib olla õde või vend.

Kui su vanemal on õde, siis on ta sulle tädi.

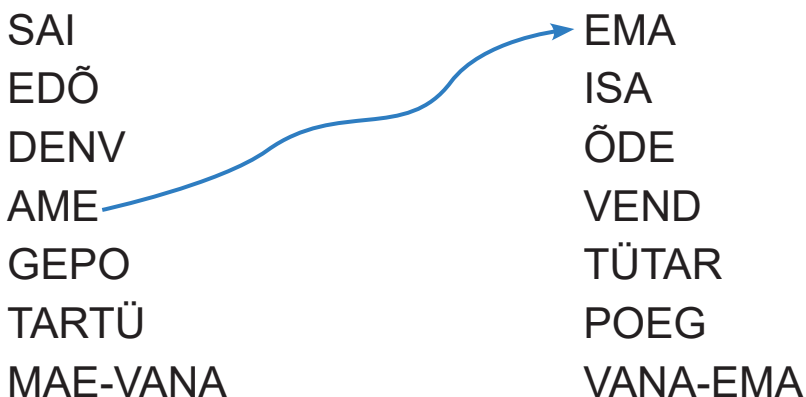
Kui su vanemal on vend, siis on ta sulle onu.



7. Loe laused. Jooni õige vastus.

1. Tädi on ema või isa **õde** / vend.
2. Onu on ema või isa **õde** / vend.
3. Minul on **0** / **1** / **2** / **3** / **4** tädi.
4. Minul on **0** / **1** / **2** / **3** / **4** onu.

8. Kes on pere-liikmed? Järjesta tähed. Ühenda joonega.



3.2. MINU PERE

töö = koht, kus inimene töötab ja teenib raha

Loe ja kuula.

Kõikidel inimestel on oma pere. Pere-liikmetel on erinevad ülesanded. Inimesed töötavad erinevates kohtades. Vahel mõni pere-liige ei käi tööl. Kui peres on sündinud beebi, siis jääb ema või isa koju. Sel juhul on ta kodune. Ta hoolitseb beebi eest.



Kadri ema töötab apteegis.



Marko on õpilane.



Pille on kodune.

1. Arutle õpetajaga.

1. Mis ameteid sa tead?
2. Mis tööd teevad sinu vanemad?
3. Millist tööd tahaksid sina teha?

2. Kirjelda oma peret. Jooni või kirjuta vastused.

Elan koos **emaga** / **isaga** / **vana-emaga** / **vana-isaga** / **õega** / **vennaga** / **onuga** / **tädiga**. Mul on (*mitu?*) õde ja (*mitu?*) venda. Meie peres **on** / **ei ole** lemmik-loom(a). Ta on **kass** / **koer** / **hamster** / **rott** / **merisiga** / **jänes** / **tuhkur** / **papagoi** / **kilpkonn** / Minu peres on kokku (*mitu?*) liiget.

3. Mida teevad sinu pere-liikmed? Täida tabel.

Näide.

PERE-LIIGE	TÖÖL / KOOLIS / LASTE-AIAS / KODUNE / PENSIONIL
ema	töötab

on pensionil =
on vanadus-puhkusel,
enamasti ei käi tööl

PERE-LIIGE	TÖÖL / KOOLIS / LASTE-AIAS / KODUNE / PENSIONIL
mina	
ema	

8. Mida te koos perega teete? Täienda skeemi.

Vali kolm tegevust tabelist. Kirjuta need joonte otsa.

Lisa kahe joone juurde veel kaks tegevust.

reisime	teeme trenni	käime poes	teeme süüa	matkame
loeme	koristame	kuulame muusikat	vaatame filmi	mängime laua-mänge



NIMI JA VANUS

Loe.

Iga päev sünnib maailmas palju lapsi. Vanemad panevad lapsele alati nime. **Nimi** on see, mille järgi inimest kutsutakse.

Vanus näitab, mitu aastat oled elanud.



2018. aastal sündis Eestis palju lapsi. Vaata tabelist, mis nimesid pandi lastele kõige rohkem.

4. Loe nimesid. Kirjuta, kummad on poiste, kummad tüdrukute nimesid.

..... NIMED	 NIMED
Karl	Sofia
Robin	Mia
Hugo	Maria
Rasmus	Eliise
Mattias	Laura
Oliver	Nora
Oskar	Emily
Aron	Mirtel
Henri	Milana
Nikita	Emma

Populaarseimad nimesid 2018. aastal Eestis. <https://raseduskalkulaator.ee/laste-nimesid/>

5. Vasta küsimustele.

1. Mis on sinu nimi? Minu nimi on
2. Kui vana sa oled? Ma olen-aastane.

6. Arutle perega, kuidas sina oma nime said.



7. Vaata pilte. Leia beebi, õde, vana-ema. Ühenda joonega sõna ja pilt. Kui vanad nad on? Kirjuta vanus pildi alla kasti sisse.

a = aasta 1a = ühe-aastane

1a

10a

75a

beebi

õde

vana-ema



Vanus:

3.3. HOOLIN OMA PEREST

Pere on iga inimese jaoks väga tähtis.
Oma peret tuleb hoida.
Pere-liikmed aitavad üksteist.

Loe ja kuula.

Madli oli emaga kahekesi kodus. Ema oli just pere riided ära pesnud. Riideid oli palju. Need oli vaja õue kuivama viia. Ema läks Madli juurde.

EMA: „Madli, kas tuled appi pesu riputama?“

MADLI: „Miks mina? Ma ei viitsi. Mul on telefonis mäng pooleli.“

EMA: „Mul on abi vaja. Me kõik peres aitame üksteist.
Mina tegin hommikul teile süüa. Mida isa täna on teinud?“

MADLI: „Isa tõi puid tuppa.“

EMA: „Kuidas vend meid aitas?“

MADLI: „Ta aitas nõusid pesta.“

EMA: „Kuidas sina meid täna aidanud oled?“

MADLI: „Ei olegi. Hea küll, ma tulen.“



1. Lõpeta laused. Vali õigele vastus.

1. Ema palus Madlit appi, sest ...

- 1) pesu oli vähe.
- 2) pesu oli palju.
- 3) pesu oli must.

2. Madli mossitas, sest ...

- 1) tal oli õppimine pooleli.
- 2) tal oli joonistamine pooleli.
- 3) tal oli telefonis mäng pooleli.

3. Ema sai tüdruku appi nii, et ...

- 1) ta ütles, et igal pere-liikmel on oma töö.
- 2) ta ostis talle kommi.
- 3) ta andis Madlile raha.

4. Peres tuleb üksteist aidata, sest ...

- 1) vanaema käseb.
- 2) nii on peres kõigil hea olla.
- 3) nii saab rikkaks.

2. Loe. Otsusta, kas tegija arvestab teistega või mitte. Jooni õige vastus.



Laura ostis paki komme.

Ta hakkas neid kodus sööma.

Tüdruk pakkus komme ka teistele.

Ta **arvestab** / **ei arvesta** oma perega.



Lapsed istuvad auto taga-istmel.
Kaks õde laiutavad.
Vennal on kitsas istuda.
Õed **arvestavad** / **ei arvesta** vennaga.



Karl on kõik oma riided nagidesse pannud.
Ühtegi vaba nagi ei ole.
Teistel ei ole oma jopede jaoks ruumi.
Karl **arvestab** / **ei arvesta** teistega.



Ele-Riin katab õhtu-söögiks laua.
Ta paneb nõud endale ja teistele.
Ele-Riin **arvestab** / **ei arvesta** teistega.



Sünni-päeva-lauas jagatakse kartuleid.
Rando tõstab kõik kartulid oma
taldrikule. Teised jäävad ilma.
Rando **arvestab** / **ei arvesta** teistega.

Kui sa arvestad teistega, siis on kõigil hea olla.

KOHUSTUSED

Perel on kodus omad kohustused:

- ♦ prügi välja viimine,
- ♦ elektri-pirni vahetamine,
- ♦ söögi valmistamine,
- ♦ koristamine.



Nendega tegelevad tavaliselt ema või isa. Lapsed abistavad vana-
maid nendes kohustustes.

Kohustused tuleb perel ära teha. Siis on perel rohkem vaba aega.

Vabal ajal saab:



laua-mänge mängida



kinos käia



matkata

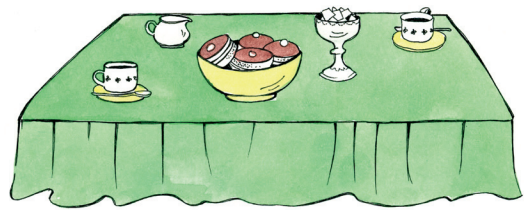


sporti teha

3. Mis on sinu kohustused peres? Märki ☐ sisse X.



1. ☐ söögi tegemine



2. ☐ laua katmine



3. ☐ nõude pesemine



4. ☐ oma toa koristamine



5. ☐ pesu riputamine



6. ☐ pesu triikimine



7. ☐ lemmik-looma eest hoolitsemine



8. ☐ prügi välja viimine

3.4. KORDAMINE

1. Vaata pilte. Otsusta, kes millega tegeleb.
Kes töötab? Kes õpib? Kes on kodune?
Ühenda joonega sõna ja õige pilt.

töötab

kodune

õpib



2. Mille poolest erinevad ja sarnanevad pered? Arutle õpetajaga.

PERE-LIIKMETE ARV

**LEMMIK-
LOOMAD**

**KODUSED
TEGEVUSED**

ELU-KUTSED

ELU-KOHT

3. Loe laused. Otsusta, kas tegija arvestab teistega või mitte. Märki x.

TEGEVUS	JAH	EI
1. Aitab emal pesu üles riputada.		
2. Kuulab väga valjult toas muusikat.		
3. Jagab enne söömist perele noad ja kahvlid.		
4. Käib toas poriste jala-nõudega.		
5. Karjub teiste jutust üle.		

4. Täida lüngad.

1. Ema või isa õde on

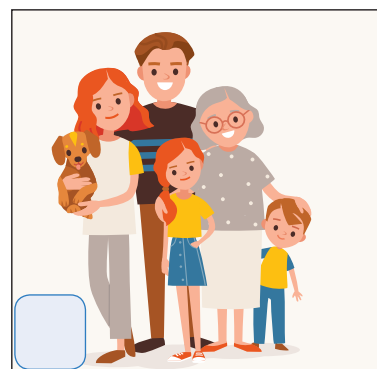
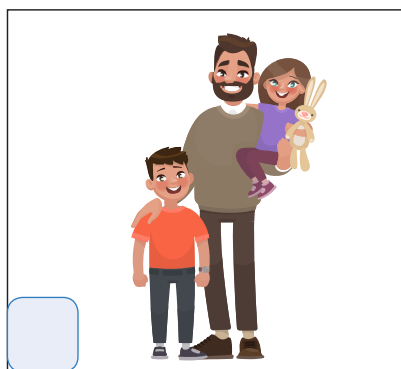
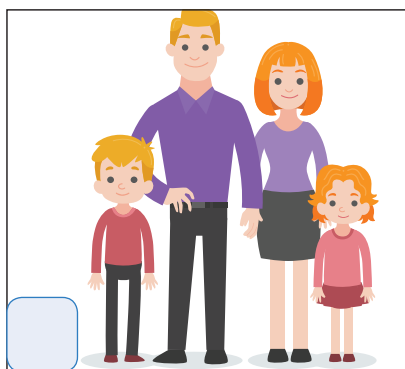
onu

2. Ema või isa vend on

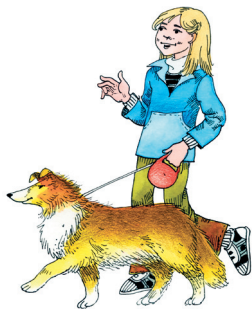
tädi

5. Otsusta joonistel, kes on väike pere ja kes suur-pere.

Märki joonisele V (väike pere) või S (suur-pere).



**6. Vaata piltidel tegevusi. Millist tegevust sa pole veel teinud?
Tõmba ring ümber pildi.**



Jalutan koeraga.



Triigin pesu.



Võtan tolmu.



Vahetan voodi-pesu.



Pesen autot.



Viin prügi välja.



Pesen riideid.



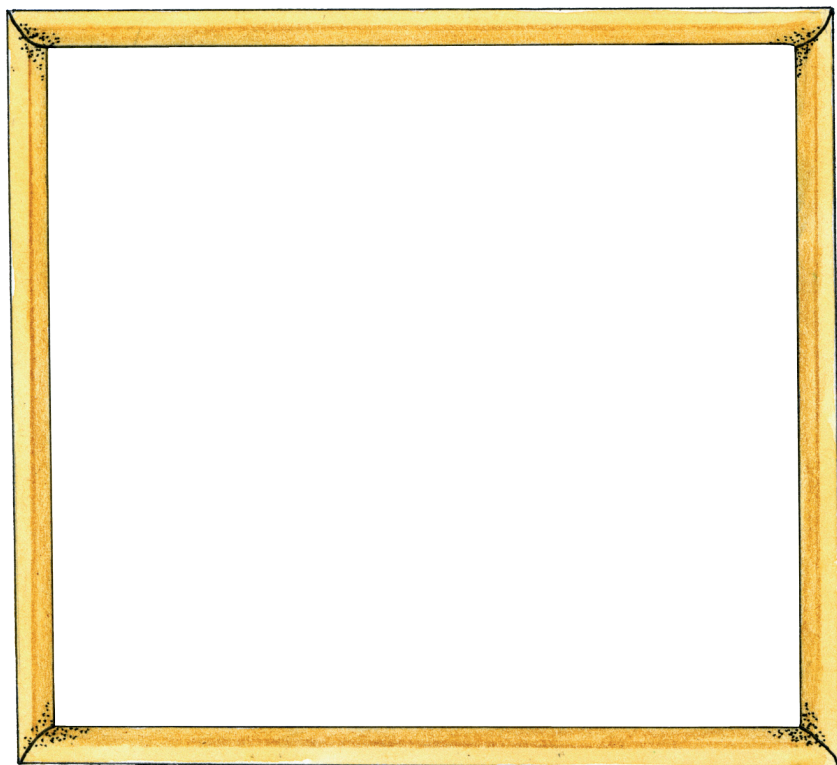
Pesen põrandat.

Mitut tegevust sa pole veel teinud?

Milline kohustus on sinu arvates kõige raskem?

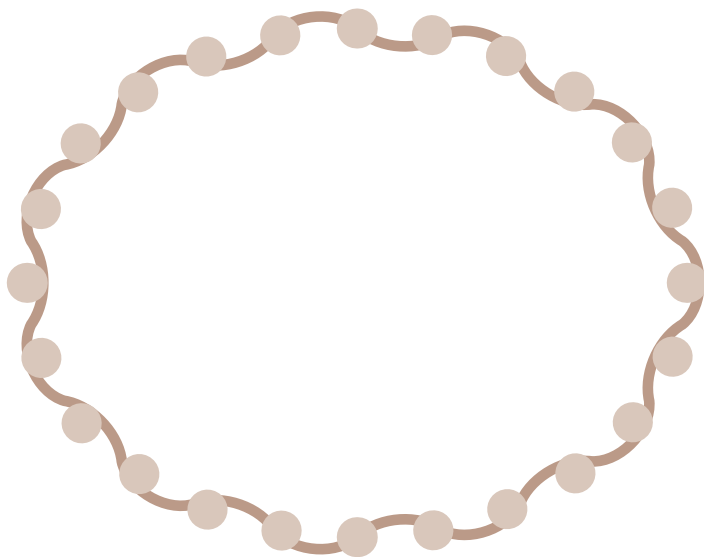
Milline kohustus on sinu arvates kõige lihtsam?

7. Missugune on sinu pere? Kirjuta või joonista kastidesse.



See on minu pere pilt.

Minu
peres
on
.....
liiget.



Minu lemmik-looma pilt

Tähistame perega
tavaliselt
(mis tähtpäevi?)
.....
.....
.....
.....

Mulle meeldib perega koos kõige rohkem (mida teha?)
.....
.....
.....

