

Siiri Jõgi

Merit Nukka



INIMESEÕPETUS

4. klassile

Siiri Jõgi

Merit Nukka

INIMESEÕPETUS

4. klassile

Õppevara väljaandmist on toetanud 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

Digiõpiku ning selle juurde kuuluvate prinditavate töölehtede (avaldatud kahes osas) autorid on Siiri Jõgi ja Merit Nukka.

Õppevara koostamist nõustas eksperdina eripedagoog Kaja Plado. Metoodilise juhendi autor on Kaja Plado.

Retsenseerisid Kaja Pastarus ja Kadri Männiksaar

Toimetanud Kristi Kingo

Illustreerinud Timo Kähara

Kujundanud ja küljendanud Merike Sääsk

Digiteerinud Veiko Hani

Veebipildid ja -fotod Tarmo Teder; Shutterstock; ptk 3.6 Silja Järv, Mänguasjamuuseum; ptk 3.6 Eesti Lennundusmuuseum; ptk 3.6 Tartu Mänguasjamuuseum, Eesti Lennundusmuuseum, Eesti Spordi- ja Olümpiamuuseum (medalid)<https://www.muis.ee/museaalview/15689> (jalgrattur) EestiSpordi- ja Olümpiamuuseum, <https://www.muis.ee/museaalview/2340190> (jalgratas) AM _ 12432 K 1296, Eesti Ajaloomuuseum SA, Palamuse muuseum, Tõnu Tunnel/Tartu Ülikooli loodusmuuseum; ptk 3.7 Sauga kool, Kuressaare Gümnaasium;

Õppevara koostamisel on arvestatud põhikooli lihtsustatud riikliku õppekava lihtsustatud õppe nõuetega. Õppematerjal sobib kasutamiseks ka põhikooli riikliku õppekava järgi õppijate õppe diferentseerimisel, individuaalse õppekava (IÕK) alusel õppijate ning muukeelsete õpilaste õpetamisel.

CC-BY-SA 3,0

atlex

Atlex OÜ
Kivi 23
51009 Tartu
Tel 734 9099
Faks 734 8915
atlex@atlex.ee
www.atlex.ee

1.1. Mina



Vaata ja loe!



Kuula ka digi-õpikust!



Tere! Minu nimi on Peeter.



Tere! Mina olen Maria.



Mina käin juba 4. klassis.



Mina ka! Me õpime sel aastal ühes klassis.



Saame tutvavaks!

Kes räägivad?

Peeter tutvustab ennast



Loe!



„Mina olen Peeter.

Olen 11-aastane.

Ma elan nüüd linnas koos ema, isa ja õega.

Meil on 3-toaline korter suure maja esimesel korrusel.

Mina elan õega ühes toas. Tema käib laste-aias.

Mulle meeldib joonistada.

Kõige rohkem tahan ma koos isaga tööd teha.

Me ehitame praegu suvilat.

Isa saatis mind tennist mängima, aga ma ei viitsi trennis käia.

Mulle ei meeldi sportida.

Ma tahaksin hoopis arvuti-mänge mängida.

Meie peres on üks arvuti. Nii pean ma oma järje-korda ootama.“

Mida said teada poisi kohta?

Märgi laused tekstis (5).

- Nimi
- Vanus
- Pere-liikmed
- Mis talle meeldib?
- Mis talle ei meeldi?

Maria tutvustab ennast



Loe!



„Minu nimi on Maria.
Mina olen 12-aastane.
Elame emaga kahekesi.

Meil on oma väike maja ja aed. Isa näen ma harva.
Tema elab teises peres.

Emal on palju tööd ja ma aitan teda.
Me teeme koos süüa ja töötame aias.

Meil on ka koer Lotte. Mulle meeldib temaga jooksmas käia.
Samal ajal kuulan ma mobiilist muusikat.

Mulle ei meeldi üldse arvutis olla.
Mulle meeldib hoopis raamatuid lugeda. Neid loen ma palju.“

Mida said teada tüdruku kohta?

Märgi laused tekstis (6).

- Nimi
- Vanus
- Pere-liikmed
- Mis talle meeldib?
- Mis talle ei meeldi?





Mõtle ja vasta küsimustele

- Mille poolest on Maria ja Peeter sarnased?
- Mille poolest nad erinevad?



Kas ma tean?

1. Täida tabel teksti põhjal.

		
Nimi		
Vanus		
Mitmes klass		
Pere-liikmete arv		
Talle meeldib		
Talle ei meeldi		

2. Millal on vaja ennast tutvustada?

Vali õiged vastused.

- Lähen välja jalg-palli mängima.
- Ema töö-kaaslased tahavad minuga tutvuda.
- Teise klassi õpilased kutsuvad meid endale külla.
- Pika-päeva-rühma õpetaja tutvub meiega.
- Läheme klassiga kinno.

3. Liisa tutvustab ennast.

Märgi olulised laused (5).

Minu nimi on Liisa Kask. Mul on poisi-pea.

Minu õe nimi on Kelly. Ma olen 12-aastane ja õpin 4. klassis.

Meie peres on 4 inimest: ema, isa, õde ja mina.

Venda mul ei ole. Mulle meeldib heegeldada ja muusikat kuulata.

Muusikat kuulates on hea käsi-tööd teha.

Mulle ei meeldi arvuti-mänge mängida.

Mõni meie klassi laps ainult arvutis olekski.

4. Täida lüngad enda tutvustamiseks.

Minu nimi on

Ma olen -aastane.

Ma õpin klassis.

Mulle meeldib

Mulle ei meeldi



Mängime läbi!

Tutvusta ennast klassi-kaaslastele!



Nüüd ma tean!

Tutvustan ennast nii:

1. Minu nimi.
2. Minu vanus.
3. Minu klassi number.
4. Mulle meeldib.
5. Mulle ei meeldi.

1.2. Meie klass



Vaata ja loe!



Kuula ka digi-õpikust!



Maria, mida sa meie klassist arvad?



Meil on päris tore klass. Mulle meeldivad kõik meie lapsed.



Maria ema: Te saite täna ju klassi-pildi kätte. Vaatame seda koos.

Tutvustage mulle ka oma poisse ja tüdrukuid!



Mina räägin meie poistest, tunnen neid paremini.



Mina tutvustan aga meie tüdrukuid!

Mis ettepaneku Maria ema lastele teeb?

Meie klassi poisid



Loe!

„Meie klassis on 5 poissi.
Kõik me armastame jalg-palli mängida.
Mina ei ole tugev mängu-mees,
aga teistega on tore palli taga ajada.
Mina oskan hästi joonistada.



Kaspar on hea sportlane. Eriti hästi oskab ta palli-mänge.
Kasparil on lokkis juuksed ja need on palli-platsil kaugele näha.

Kevin ei mängi jalkat. Tal on jalad haiged ja ta ei saa joosta.
Kevin oskab väga hästi kitarril mängida ja laulda.

Meie kõige pikemal poisil **Martinil** on prillid.
Ta ise ütleb, et näeb ka prillidega halvasti.
Tema on arvutis kõva tegija. Arvutis saab kõike suurendada.

Andrega ei taha keegi sõber olla.
Ta räägib mõni-kord inetute sõnadega ja isegi lööb teisi.
Töö-õpetuse tunnis on Andre meist kõige osavam.
Õpetaja saadab tema töid sageli näitusele.
Siis me mõtleme, et tegelikult on ta tore poiss.“

1. Ühenda joonega poisi nimi ja pilt.

Peeter
Kevin
Martin
Andre
Kaspar



Meie klassi tüdrukud



Loe!

„Mina räägin tüdrukutest.
Meie klassis on 5 tüdrukut.
Kõik me oleme nii ilusad.



Kati on puna-pea. Teda on tore esinemas näha.
Kati oskab hästi luuletusi lugeda ja teiste häält järele teha.

Aliisel on tumedad juuksed ja pruunid silmad.
Ta julgeb üksinda laulda ja tantsida.
Aliise oskab isegi lauludele uusi sõnu välja mõelda.

Karina pikad lokkis juuksed on tavaliselt patsis.
Karina loeb palju jutu-raamatuid.
Ta tahab saada kirjanikuks.
Me vahetame Karinaga oma-vahel raamatuid.

Liisa näeb välja nagu poiss. Tal on väga lühikesed juuksed.
Liisale meeldib kodus toimetada.
Ta oskab hästi süüa teha ja heegeldada.“

2. Ühenda joonega tüdruku nimi ja pilt.

Maria
Kati
Aliise
Karina
Liisa





Kas ma tean?

3. Märki õige lause.

- Pildi järgi saab aru, mida laps oskab.
- Pildi järgi ei saa aru, mida laps oskab.
- Ära otsusta välimuse järgi.

4. Vasta küsimustele.

Kas pildi järgi saab aru, mida laps oskab? *Jah / Ei*

Kas pildi järgi saab aru, kuidas laps välja näeb? *Jah / Ei*

5. Vaata pilti ja otsusta.

Kes nendest oskab ...

- a) hästi lugeda?
- b) kiiresti arvutada?
- c) ilma vigadeta kirjutada?



Kas seda ülesannet on võimalik lahendada? *Jah / Ei*

6. Moodusta sõnadest tark lause.

ei näita, laps, mida, oskab, Pilt

Kirjuta!

.....



Loe!



Maria ema

„Mul on hea meel, et teie klassis on nii erinevad lapsed. Klassi-pildil näeme viit poissi ja viit tüdrukut. Teie oskustest sain teada alles nüüd. Pildi järgi ei saa otsustada, mida keegi oskab või suudab. Oma klassis õpite te üks-teist hästi tundma.“

Mille üle on Maria emal hea meel?

Märgi lause tekstis.



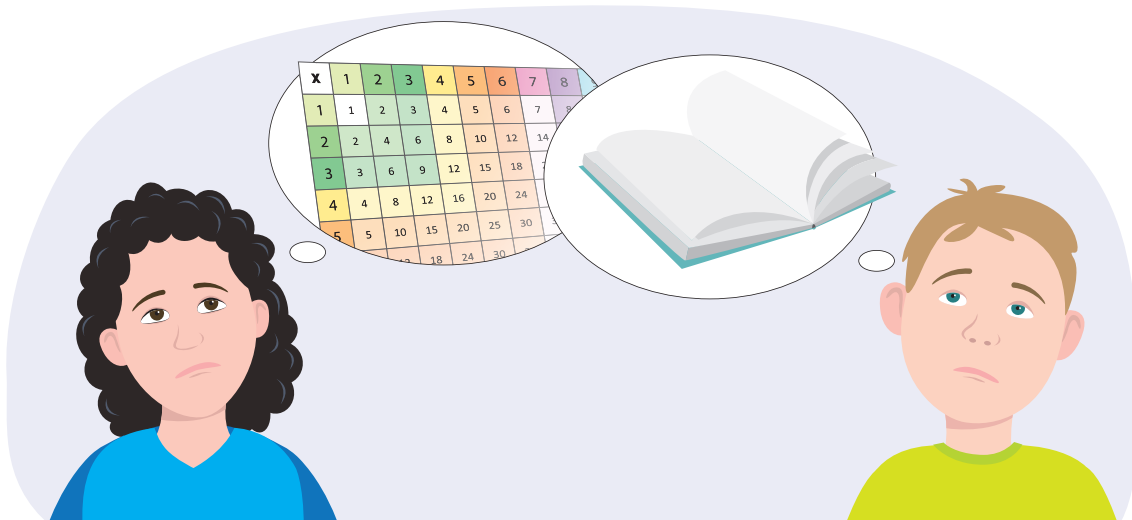
Nüüd ma tean!

- Pildi järgi saame teada, missugune laps välja näeb.
- Pilt ei näita, mida laps oskab.

1.3. Meie oskused



Vaata ja loe!



Kuula digi-õpikust!



Ma ei oska üldse lugeda. Sina loed nii hästi.
Olen mõni-kord sinu peale kade.



Pole vaja kade olla.
Kui harjutad, siis hakkad sina ka hästi lugema.
Mina jälle ei oska väga hästi arvutada. Sina aga oskad.
Igaüks meist oskab mõnda asja teistest paremini.
Kõigil meil on ka raskusi.

Mida Maria Peetrile ütles?

Kõigil on midagi õppida



Loe!



Karina laulab väga hästi.

Ta tahab ka klaverit mängida, aga see ei õnnestu.

Karina harjutab klaveri-mängu iga päev.

Mida Karina oskab hästi?

Mis Karinale raske on?

Mis Karinat aitab?



Aliise joonistab kauneid pilte.

Aga tema vihikud on korratud.

Aliise käe-kiri ei ole ilus.

Ta teeb õhtuti kirja-tehnika vihikusse
käe-kirja harjutusi.

Mida Aliise oskab hästi?

Mis Aliisele raske on?

Mis Aliiset aitab?



Peeter arvutab peast väga kiiresti.

Ta on tubli pranglija.

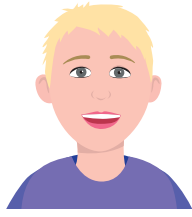
Kuid Peeter ei jaksa pikka maad joosta.

Ta käib nüüd õhtuti koos isaga tervise-jooksu
tegemas.

Mida Peeter oskab hästi?

Mis Peetrile raske on?

Mis Peetrit aitab?

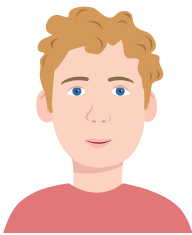


Liisa küpsetab häid saiakesi ja kooke.
Lugeda ta ei taha. Lugemine on talle raske.
Ema soovitas lugeda lihtsamaid raamatuid.
Nüüd loeb Liisa igal õhtul väikesele vennale une-juttu.

Mida Liisa oskab hästi?

Mis Liisale raske on?

Mis Liisat aitab?



Kaspar on tugev ja ujub korraka mitu basseini-pikkust.
Kuid teate-jooksu võistlustel ei taha keegi teda oma
võist-konda. Kaspar jookseb aeglaselt.
Sõber kutsus Kaspari endaga jooksu-trenni ja
nüüd nad harjutavad koos.

Mida Kaspar oskab hästi?

Mis Kasparile raske on?

Mis Kasparit aitab?



Maria jutustab hea meelega iga-suguseid lugusid.
Talle jääb jutu sisu hästi meelde.
Kuid korrutus-tabelit ta ei oska.
Maria ema tuli tütrele appi. Nüüd on nendel igal õhtul
kodus korrutus-tabeli kordamise tund.

Mida Maria oskab hästi?

Mis Mariale raske on?

Mis Mariat aitab?



Mõtle ja vasta küsimustele

- Mida sina oskad hästi teha?
- Mis sulle raske on?
- Mis sind aitab?



Kas ma tean?

1. Täida tabel enda kohta.

	Oskan hästi (mida teha?)	Ei oska hästi (mida teha?)	Mis mind aitab?
MINA			



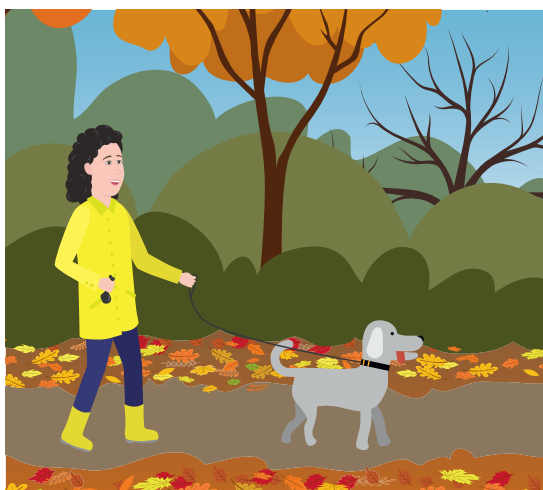
Nüüd ma tean!

- Igaüks oskab midagi hästi teha.
- Kõikidel on midagi, mis on talle raske.
- Raskustest aitab üle saada õppimine ja harjutamine.

1.4. Meie kohustused ja õigused



Vaata ja loe!



Kuula digi-õpikust!



Ma pean kodus meie tuba koristama.

Mul läks eile selle peale pea-aegu terve päev.

Oma toa koristamine on minu **kohustus**.



Hoia oma tuba kogu aeg korras, siis ei lähe nii palju aega.

Koeraga peab iga päev õues käima. See on minu **kohustus**.



Õnneks võin ma arvutis mängimise aega valida.

See on minu **õigus**.



Ema ütleb, et minu **õigus** on koolis käia ja õppida.



Minu isa ütleb, et koolis käimine on minu **kohustus**.



Huvitav! Kas koolis käimine ja õppimine on meie õigus või kohustus?

Mis küsimus lastel tekkis?

Laste kohustused



Loe!

Kohustusi peab täitma.

Lapsel on **kohustus** käia koolis ja õppida.

Eestis algab kooli-kohustus 7-aastaselt.

Lapsel on **kohustus** austada oma õpetajaid.

Kodus on lapse **kohustus** austada ja aidata oma vanemaid.

Mida vanemaks laps saab, seda rohkem saab ta kodus abiks olla.

Suhtlemisel teiste inimestega on lapsel **kohustus** olla viisakas ja abi-valmis. Alati peab nõrgemaid aitama.

Lapsel on ka tervise hoidmise **kohustus**.

Peab palju liikuma, tervislikult toituma ja küllaldaselt magama.

Peab olema ise puhas ja kandma puhtaid riideid.



Kas lastel on kohustusi? Vali õige vastus. *Jah / Ei*

Mis on lapse kohustused koolis?

Märgi laused (2).



Mõtle ja vasta küsimustele

- Miks on koolis käimine ja õppimine lapse kohustus?
- Kuidas saad sina oma kaaslasid õppimisel aidata?



Kas ma tean?

1. Moodusta sõnadest lause.

ei tohi, Mina, segada, teisi, tunnis

Kirjuta!

.....

2. Mida sa pead kodus tegema?

Tee sobiva vastuse ette X.

- Lauda katma.
- Nõusid pesema.
- Oma tuba koristama.
- Süüa tegema.
- Pesu pesema.
- Triikima.
- Lemmik-looma toitma.
- Õdesid ja vendi hoidma.
- Toa-lilli kastma.
- Õigeks ajaks tuppa tulema.

Lisa veel oma kohustusi.

.....

.....

.....



Mõtle ja vasta küsimustele

- Kellel on veel kodus kohustusi?
- Mis kohustusi nad täitma peavad?
- Miks peavad kõik pere-liikmed oma kohustusi täitma?

Laste õigused



Loe!

Igal lapsel on **õigus** käia koolis ja õppida.

Õppimine on väga tähtis töö.

Lapsel on **õigus** olla koos oma ema ja isaga.

Lapsel on **õigus** kodus ja koolis vabalt rääkida kõigest, mis on juhtunud.

Lapsel on **õigus** oma arvamust avaldada.

Lapsel on **õigus** olla hoolitsetud ja kaitstud.

Laps peab oma **õigusi** kasutades meeles pidama, et teistel lastel ja täis-kasvanutel on samuti **õigused**.

Teiste inimeste õigustega arvestamine on tähtis **kohustus**.



<https://www.riigiteataja.ee/akt/24016>

Kas lastel on õigusi? Vali õige vastus. Jah / Ei

Mis on lapse õigused koolis?

Märgi laused (2).



Mõtle ja vasta küsimustele

- Miks on koolis käimine ja õppimine lapse õigus?
- Kuidas saab õppimine olla kohustus ja õigus?
- Kuidas saavad teised lapsed sind õppimises aidata?



Kas ma tean?

3. Moodusta sõnadest lause.

ei tohi, lapsed, mind, segada, Teised, tunnis

Kirjuta!

.....

4. Vaata pilti. Mis õigust püütakse rikkuda?

Vali sobivad vastused.



- Õigus õppida.
- Õigus olla koos ema ja isaga.
- Õigus avaldada oma arvamust.
- Õigus olla kaitstud.



- Õigus õppida.
- Õigus olla koos ema ja isaga.
- Õigus avaldada oma arvamust.
- Õigus olla kaitstud.



- Õigus õppida.
- Õigus olla koos ema ja isaga.
- Õigus avaldada oma arvamust.
- Õigus olla kaitstud.



- Õigus õppida.
- Õigus olla koos ema ja isaga.
- Õigus avaldada oma arvamust.
- Õigus olla kaitstud.

5. Vali õiged vastused.

MINU KOHUSTUSED	MINU ÕIGUSED
<input type="checkbox"/> Olla kaitstud.	<input type="checkbox"/> Olla kaitstud.
<input type="checkbox"/> Aidata oma vanemaid.	<input type="checkbox"/> Aidata oma vanemaid.
<input type="checkbox"/> Olla koos ema ja isaga.	<input type="checkbox"/> Olla koos ema ja isaga.
<input type="checkbox"/> Õppida.	<input type="checkbox"/> Õppida.
<input type="checkbox"/> Hoida oma tervist.	<input type="checkbox"/> Hoida oma tervist.
<input type="checkbox"/> Käituda viisakalt.	<input type="checkbox"/> Käituda viisakalt.
<input type="checkbox"/> Avaldada oma arvamust.	<input type="checkbox"/> Avaldada oma arvamust.

Mis sõna on mõlemas tulbas õige?

Kirjuta!

.....



Nüüd ma tean!

- Koolis käimine ja õppimine on lapse õigus ja kohustus.
- Kõige tähtsam kohustus on arvestada teiste inimeste õigustega.

1.5. Meie sõbrad ja meie tuttavad



Vaata ja loe!



(((Kuula ka digi-õpikust!



Näed, mul on nii palju sõpru!



Kui palju siis?



Vähemalt 100.



Need küll kõik su sõbrad ei ole. Need on su tuttavad.

Kõikidega ei saa sõber olla.



Mina küll saan. Kas sinul ka sõpru on?



Minul on 2 sõpra. Üks sõber elab minu lähedal.

Teine sõber õpib meie koolis. Tuttavaid on minul ka palju.



Mis seal vahet on, kas sõber või tuttav?

Mida Peeter ei tea?

Meie tuttavad



Loe!

Tuttavaid on meil kõigil palju: kooli-kaaslased, lähedal elavad lapsed, naabrid, ema sõbrad ja isa sõbrad. Tuttavatega me tervitame, mõni-kord räägime ja mängime.

Paljude kaaslastega suhtleme küll sageli, aga nad kõik ei ole sõbrad.

Nad on tuttavad.

Ainult mõnest tuttavast kujuneb tõeline sõber.

Kes võivad olla sinu tuttavad?

Märgi tekstis lause.



Johannese ja Jüri kohtumine



Loe!



Johannes

„Mulle meeldib jalg-palli mängida. Ma käin trennis ka. Meid on rühmas 20 poissi. Tavaliselt sõidan ma trenni jalg-rattaga. Üks-kord tuli meie rühma uus poiss Jüri. Nägin, et tema tuli ka jalg-rattaga.

Pärast trenni sõitsime koos kodu poole.

Selgus, et Jüri elab minu lähedal.

Huvitav, et me juba varem kokku ei saanud.

Sõitsime kõrvuti ja rääkisime arvuti-mängudest.“

Millest poisid kodu-teel rääkisid?

Märgi tekstis lause.



Johannesest ja Jürist saavad sõbrad



Loe!



„Leppisime Jüriga kokku, et lähen järgmisel päeval pärast kooli tema poole. Ta ei osanud Growtopiat alla laadida ja ma läksin appi. Jäime koos mängima. Aeg läks nii ruttu, et ei märganudki, kui palju kell on. Nüüd me olemegi head sõbrad.“

Meil on sama-sugused huvid: mängime jalg-palli, sõidame jalg-rattaga ja loomulikult mängime arvuti-mänge. Jüri isa ütles, et me oleme isegi välimuselt natuke ühte moodi.“

Missugused huvid on mõlemal poisil?

Märgi tekstis lause.



Poistel on sama-sugused huvid



Kas ma tean?

1. Loe. Vali õige sõna.

- Johannes ja Jüri on *head / halvad* sõbrad.
- Nad kohtusid *tennise / jalg-palli* trennis.
- Mõlemad poisid armastavad sõita *rulaga / jalg-rattaga*.
- Kodus meeldib neile mängida *laua-mänge / arvuti-mänge*.
- Sõpradel on sama-sugused *hupid / hinded*.

2. Vaata pilte.

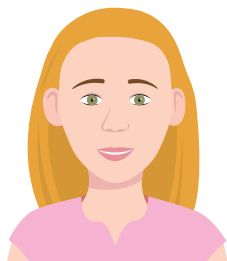
Millised pildid sobivad ka Jüri ja Johannese kohta? Märki.



Laura ja Sille kohtumine



Loe!



Laura

„Minu kõige parem sõber on Sille.

Me ei ole samas klassis.

Kohtusime eelmisel aastal näite-ringis ja saime sõpradeks.

Õppisime näidendit „Puna-mütsike“.

Tegime proovi ja rääkisime näitleja häälega isegi kodu-teel. See oli nii naljakas ja ajas naerma.“

Kus tüdrukud kohtusid?

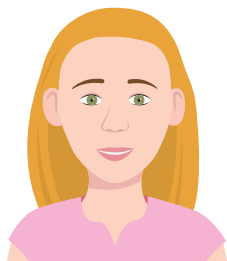
Märgi tekstis lause.



Laura ja Sille on sõbrad



Loe!



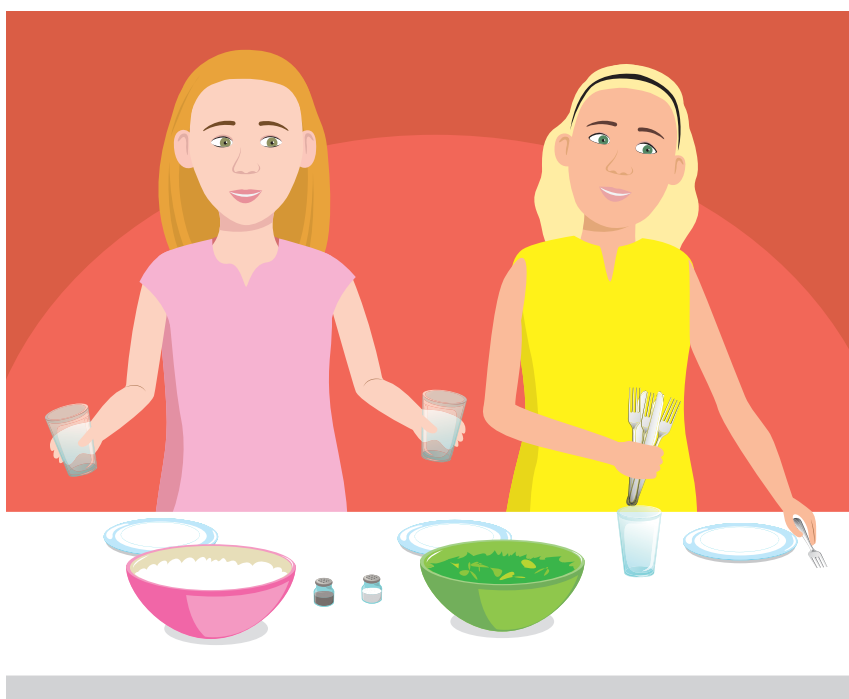
„Meil mõlemal on telefonid.
Nii saame igal õhtul veel rääkida.
Arutame, mida homme selga panna.
Vahel naerame mõne nalja üle.

Ema ja isa imestavad, et meil veel nii palju rääkida on. Oleme ju iga päev koolis koos.

Kui Sillel oli sünnipäev, kutsus ta mind appi lauda katma. Ta teadis, et mulle meeldib ka kokata ja köögis askeldada. Läksin hea meelega, sest Sille aitab mind ka alati. Tõelised sõbrad ikka aitavad teine-teist.“

Kes aitavad alati teine-teist?

Märgi tekstis lause.



Sõbrad aitavad teine-teist



Kas ma tean?

3. Loe. Vali õige sõna.

- Laura ja Sille on head *sõbrad* / *tuttavad*.
- Nad *ei õpi* / *õpivad* samas klassis.
- Mõlemad tüdrukud käivad *muusika-ringis* / *näite-ringis*.
- Kodus meeldib neile *lugeda* / *süüa teha*.
- Õhtuti räägivad nad oma-vahel kaua aega *telefoniga* / *maja ees*.

4. Kust sa võid sõpru leida?

Ühenda õiged vastused.

MULLE MEELDIB...	VÕIN LEIDA SÕBRA...
tantsida	spordi-trennist
ujuda	mängu-väljakult
lugeda	ujulast
muusikat kuulata	tantsu-ringist
sportida	raamatu-kogust
mängida	kontserdilt

5. Mida sobiks öelda tõelise sõbra kohta?

Märgi õiged laused.

- Räägime sõbraga teine-teisele oma saladusi.
- Ei räägi sõbra saladust teistele.
- Aitame sõbraga teine-teist alati.
- Meil on sõbraga sama-sugused huvid.
- Mõni-kord me vaidleme kõvasti.
- Sõbraga on hea koos olla.



Mõtle ja vasta küsimustele

- Kes on sinu tuttavad?
- Kus sa oma kõige parema sõbra leidsid?
- Mis huvid teil mõlemal on?
- Mida te koos teete?
- Kuidas oled sina oma sõpra aidanud?
- Kuidas sõber sind on aidanud?
- Kuidas sa ennast sõbraga koos tunned?



Nüüd ma tean!

- Me tunneme paljusid inimesi. Nad on meie tuttavad.
- Mõnest tuttavast kujuneb väga hea sõber.
- Tõelise sõbraga on hea koos olla.

1.6. Klassi-õhtu ette-valmistamine



Vaata ja loe!



Kuula ka digi-õpikust!



Ma nägin eile oma sõpra Kaidot.

Ta rääkis, et neil oli eelmisel nädalal klassi-õhtu.

Uurisin tema käest, mida nad peol tegid ja kuidas neil läks.

Meil ei ole sel aastal veel klassi-õhtut olnud. Kui teeks?



Hea mõte! Meil sobiks teha sügise alguse pidu.

Arutame klassis!



Arutame jah! Millal klassi-õhtu teha?

Mida me klassi-õhtul teeme?

Kes peo ette valmistab ja kes pärast koristab?

Kõike seda tuleb arutada.

Peame kindlasti õpetaja ka appi kutsuma.

Mida tahavad Peeter ja Maria klassis arutada?

Kaido klassi pidu



Loe!



„Urisin Kaido käest nende klassi-õhtu kohta iga-suguseid asju. Kaido klassi pidu toimus eelmise nädala reedel. Nad alustasid kell 15.00 ja pidu kestis 2 tundi. Nemad õnnitlesid oma klassi-õhtul suviseid sünni-päeva-lapsi.“

**Keda õnnitlesid lapsed oma klassi-õhtul?
Märgi lause.**

Peo ette-valmistamine



Loe!

Kaido klassi pidu toimus nende oma klassi-ruumis.

Lapsed moodustasid kaks toimkonda.

Poisid olid mööbli paigutamise toimkonnas.

Nad lükkasid laudad ja toolid klassi seina äärde.

Nii jäi keset klassi rohkem ruumi.

Tüdrukud olid laua-katmise ja kaunistamise toimkonnas.

Nad katsid klassi ühte nurka Rootsi laua.

Laual olid erinevad suu-pisted: kartuli-krõpsud, väikesed või-leivad, küpsised, õuna-viilud, ploomid, porgandi- ja kaalika-lõigud.

Laua keskel oli kaks joogi-kannu.

Morss oli roosat värvi ja õuna-mahl kollane.

Laud oli rikkalik ja värviline.

1. Vaata pilti.
Märgi pildiga sobiv lause.



- Lapsed söövad sööklas.
- Lapsed söövad Rootsi lauas.
- Lapsed söövad peo-laua ümber.



- Lapsed söövad peo-laua ümber.
- Lapsed söövad Rootsi lauas.
- Lapsed söövad sööklas.

Peo käik



Loe!

Mõlema toimkonna liikmed mõtlesid, mida peol teha.

Lapsed soovisid, et kõigil oleks lõbus.

Algul oli nime-kirjas palju võistlusi ja mängu.

Koos valiti välja kaks mängu.

Peo kavas oli ka tantsimine ja laulmine.

Pidu algas sünni-päeva-lauluga.

Seda oskasid kõik ja laul kõlas võimsalt.

Mängud olid lõbusad. Neid oleks võinud veelgi rohkem olla.

Tantsimine küll välja ei tulnud.

Poisid tahtsid tantsimise asemel hoopis võistlus-mänge mängida.

2. Klassi-õhtu tegevused.

Märgi piltide õige järje-kord.



Peo lõpetamine



Loe!

Kaido ütles, et kaks tundi läks kiiresti. Oli väga lõbus. Otsustati, et järgmise klassi-õhtu teevad nad pikema.

Pärast pidu oli vaja klass ära koristada. Seda tehti koos, sest nii sai kõige kiiremini.

Klass on jälle korras.



Mõtle ja vasta küsimusele

- Miks lapsed kõik koos klassi koristasid?



Kas ma tean?

**3. Loe küsimused. Leia neile tekstist vastused.
Mis küsimusele sa tekstist vastust ei leidnud?
Märgi see küsimus.**

- Mis päeval klassi-õhtu toimus?
- Kui kaua klassi-õhtu kestis?
- Keda lapsed klassi-õhtul õnnitlesid?
- Mida Kaido klassi-õhtule minekuks selga pani?
- Kuidas lapsed klassi peoks ette valmistasid?
- Mida lapsed klassi-õhtul tegid?
- Mis jookke ja näkse lapsed jõid ja sõid?
- Kes klassi pärast pidu ära koristas?

4. Mis tuleb enne pidu oma-vahel kokku leppida?

Märgi õiged vastused.

Enne pidu tuleb kokku leppida:

- mille puhul pidu korraldada.
- millal pidu toimub.
- kes joonistab kuulutuse.
- kuidas peol riietuda.
- kuidas klass kaunistada.
- kes mida laua peale toob.
- kuidas laud katta.
- mida peol teha.
- kes klassi koristab.

5. Kuidas oma klassi-õhtut korraldada?

Täida lüngad.

Meie klassi-õhtu toimub (*millal?*)

Pidu algab kell ja lõpeb kell

Peo korraldame (*mille?*)

tähistamiseks.

Peo kuulutuse joonistavad

Klassi kaunistamise toimkonnas on

Laua katmise toimkonnas on

Lauale toome

Mängude korraldamise toimkonnas on

Võistluste korraldamise toimkonnas on

Pärast pidu koristavad klassi



Nüüd ma tean!

- Klassi-õhtu korraldamiseks on vaja moodustada toimkonnad.
- Üks toimkond seab peo-ruumi valmis ja kaunistab selle.
- Teine toimkond mõtleb välja, mida lõbusat peol teha.

1.7. Klassi-õhtu läbi-viimine



Vaata ja loe!



Kuula ka digi-õpikust!



Tere, Kaido! Me tuleme klassi-õhtult. Oli äge pidu!



Nii lõbus oli ja sai palju nalja!



Eelmine kord rääkisid sina mulle oma klassi peost.

Kui sul aega on, räägime meie nüüd enda omast.



Laske käia! Päril huvitav.

Mis sõnadega Peeter ja Maria oma klassi-õhtut kiidavad?

Sügise alguse pidu



Loe!



„Me tuleme just praegu klassi-õhtult.

Homme on laupäev, ei pea täna enam õppima hakkama.

Alustasime oma pidu kell 12.30 ja see kestis kuni 15.30.

Võtsime teilt õppust ja tegime oma peo kohe pikema.

Tähistasime oma peol sügise algust.

Tüdrukutel olid peas kirjudest vahtra-lehtedest pärjad.

Nad ise punusid need töö-õpetuse tunnis.

Kõik ütlesid, et nii oli väga ilus.“



„Muidugi olid pärjad ilusad ja sobisid meile kõigile.“



Mida lapsed klassi-õhtul tähistasid?

Märgi lause.

1. Mida sain tekstist teada?

Märgi õige vastus.

Klassiõhtu toimus...

neljapäeval.

reedel.

laupäeval.

Klassiõhtu kestis...

1 tund.

2 tundi.

3 tundi.

Klassi kaunistamise toimkonna töö



Loe!



„Pidu toimus meie oma klassis.

Mina olin klassi kaunistamise toimkonnas.

Me panime toolid seina äärde.

Lauad lükkasime kokku ja katsime linaga.

Lina peale panime kirjud puu-lehed.

Joogiks tegime morssi.

Iga laps tõi natuke küpsiseid ja komme või muid näkse.

Need olid kõik laual. Meil oli ka Rootsi laud nagu teilgi.

See on päris mugav.

Jõime ja sõime mängude ja tantsude vahe-peal.“

Millal lapsed sõid?

Märgi lause.



2. Mida sain tekstist teada?

Vali õige vastus.

Toolid panime...

klassi keskele.

ukse taha.

seinä äärde.

Söögiks olid...

näksid.

praed.

jäätised.

Joogiks tegime...

limonaadi.

õuna-mahla.

morssi.

Lõbusad mängud



Loe!



„Mina olin mängude toimkonnas.

Me valisime välja paar lõbusat mängu.

Need olid „Kass ja hiir“ ning „Pikk nina“.

Kaspar on meil väga kiire jooksja.

Kui ta oli hiir, jooksis ta kõikidel kassidel eest ära.

Lõpuks lasi ta ennast nimelt kinni püüda.

Teine mäng oli „Pikk nina“.

Selles tuleb sõber üles leida ja tema ees kummardada.

Kui kummardad vale lapse ees, siis näitab ta sulle

sõrmede abil pikka nina. Nalja sai väga palju.“

Mis mängu lapsed mängisid?

Märgi lause.

3. Mida sain tekstist teada? Märgi õiged vastused.

Me mängisime...

- hunti ja kurge.
- pikka nina.
- kassi ja hiirt.

Mängud olid...

- igavad.
- lõbusad.
- tüütud.



Laulud ja tantsud



Loe!



„Laulud võtsime Youtube’ist. Kuulasime nii-sama.

Kes oskas, laulis natuke kaasa ka.

Laulmisest eriti midagi välja ei tulnud.

Kõik hakkasid vigurdama ja proovisid kuulsaid lauljaid järele teha. Järgmisel korral on vaja laulud paremini välja valida.“



„Meie kutsusime poisse tantsima.

Poisid aga jooksid eest ära.

Me proovisime neid kinni püüda,

aga nad põgenesid koridori.

Siis me tantsisime tüdrukutega oma-vahel.

Ise naersime laginal, et nüüd oleme nagu mõnes filmis.

Õpetaja tantsis ka meiega kaasa.“



„Tantsimine on üks plikade värk.

Meie tegime koridoris hoopis võidu-jooksu.

Palju etem!

Pärast koristasime koos klassi ära.

Oli kahju, kui pidu läbi sai.

See klassi-õhtu oli nii äge ja lõbus!

Otsustasime, et järgmise peo korraldame enne jõule.“

Kes klassi korda tegi?

Märgi lause.

4. Mida sain tekstist teada?

Märgi õiged vastused.

Laulmine...

- tuli hästi välja.
- ajas vigurdama.
- ei tulnud välja.

Tantsisime...

- poisid poistega.
- poisid tüdrukutega.
- tüdrukud tüdrukutega.



Mõtle ja vasta küsimustele

- Millal teie klassi-õhtu toimus?
- Kui kaua pidu kestis?
- Mida teie oma klassi-õhtul tähistasite?
- Kes joonistas kuulutuse?
- Mis toimkonnad te moodustasite?
- Mida toimkonnad tegid?
- Kas teie pidu oli lõbus või igav?
- Millal järgmine klassi-õhtu toimub?



Nüüd ma tean!

- Klassi-õhtu on klassi pidu.
- Klassi-õhtu on tore siis, kui kõik õpilased sellest osa võtavad ja koos tegutsevad.

1.8. Me räägime viisakalt – sina ja teie



Vaata ja loe!



Kuula ka digi-õpikust!



Me räägime päeva jooksul väga paljude inimestega.

Alati on vaja midagi edasi öelda või küsida.

Mõnda inimest tuleb kutsuda ja öelda:

„Palun tule siia!“

Teisele tuleb aga öelda: „Palun tulge siia!“

Ema ütleb, et mõnele inimesele tuleb öelda **sina** ja mõnele inimesele tuleb öelda **teie**.

Et nii väljendame austust teise inimese suhtes.

Kas sina tead, millal öelda sina ja millal teie?

Millest Maria rääkis?

Räägime klassi-kaaslaste ja teiste tuttavatega



Loe!

Me räägime iga päev paljude inimestega: oma vanematega, õdede ja vendadega, klassi-kaaslaste ja õpetajatega.

Me kõneleme päris palju.

Tavaliselt on vaja midagi teatada või küsida.

Kõigile meeldib, kui tema poole pöördutakse viisakalt.

Kindlasti tuleb kasutada viisakus-sõnu **palun** ja **tänan**.

Klassi-kaaslastega on hea rääkida.

Kõigi poole saab pöörduda **sina**-vormis.

Mõni-kord on vaja korraga mitmele kaaslasele teade edasi öelda. Siis tuleb **teie**-vormi kasutada.

Millal ütleme klassi-kaaslastele teie?

Märgi laused (2).



**1. Vaata pilte. Mitme õpilase poole õpetaja pöördub?
Vali lauses õige sõna.**



Õpetaja pöördub *ühe / mitme* õpilase poole.
Ta ütleb *sina / teie*.



Õpetaja pöördub *ühe / mitme* õpilase poole.
Ta ütleb *sina / teie*.

Räägime võõra õpetajaga



Loe!

Kuidas pöörduda õpetaja poole? Kas öelda **sina** või **teie**?
Oma õpetaja on väga tuttav. Temaga võib **sina**-vormis rääkida.
Mõned õpetajad nii tuttavad ei ole.
Võõrale õpetajale on viisakas öelda **teie**.

**Kuidas pöördud võõra õpetaja poole?
Märgi lause.**



2. Vaata pilte.

Kuidas õpilane õpetaja poole pöördub?

Vali pildi alla õiged sõnad.



tule sina / tulge teie



sa soovid / te soovite

Räägime päris võõra inimesega



Loe!

Võõra inimese poole pöördume **teie**-vormis.

Bussis istet pakkudes ütleme: „Palun istuge!“.

Ukse ees seisva inimese käest on viisakas küsida:
„Kas te väljute?“

Kui ise kõneled viisakalt, siis on ka teised sinuga viisakad.

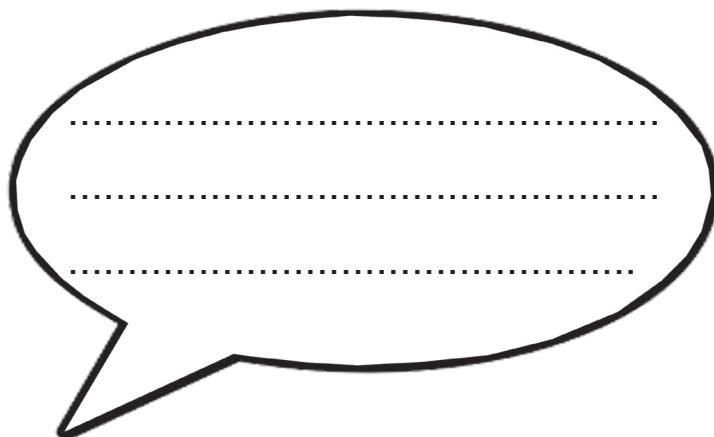
Kuidas pöörduda võõra inimese poole?

Märgi lause.

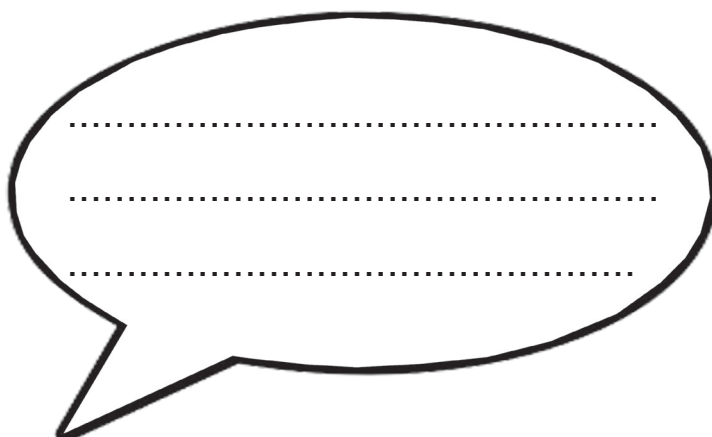
3. Kuidas pöörduda?

Kirjuta lause jutu-mulli sisse.

- Pakun bussis istet.



-
- Bussis seisab keegi ukse ees.
Tahan maha minna ja küsin...



4. Kuidas pöördud teise inimese poole?

Märgi sobivad sõnad.

OLU-KORD	KUIDAS SA PÖÖRDUD?
Vana-ema tuleb külla. Sul on väga hea meel.	Oi, kui tore, et <i>sa tulid / te tulite</i> .
Oled suures kaupluses. Pead ostma kunsti-õpetuse jaoks uued pintsliid. Pöördud teenindaja poole.	Palun <i>ütle / öelge</i> , kus on kooli-tarvete osa-kond.
Sul on vaja emale helistada. Oled aga oma mobiili koju unustanud. Pöördud sõbra poole.	Kuule, kas <i>sa lubad / te lubate</i> helistada?
Istud bussis. Sinu kõrvale jääb seisma vana mees. Pakud talle istet.	Palun, kas <i>sa soovid / te soovite</i> istuda?
Klassi-juhataja saadab sind arvuti-õpetaja käest mälu-pulka tooma. Pöördud võõra õpetaja poole ja küsid temalt vajalikku asja.	Tere! Kas <i>sa saad / te saate</i> meie õpetajale mälu-pulka anda?



Mõtle ja vasta küsimustele

Kellele ütled nii?

- 1) Palun andke mulle joon-laud.
- 2) Palun anna oma joon-laud.

Kellelt küsid nii?

- 1) Palju kell on?
- 2) Palun ütle, kui palju on kell?
- 3) Palun öelge, kui palju on kell?

Kellele ütled nii?

- 1) Palun helistage mulle.
- 2) Helista mulle!



Nüüd ma tean!

- Kui kõnelen teise inimesega viisakalt, siis kõneleb ka tema minuga viisakalt.
- Sõprade ja heade tuttavate poole pöördun **sina**-vormis.
- Võõraste inimeste poole pöördun **teie**-vormis.

1.9. Me räägime viisakalt – nõusolek ja keeldumine



Vaata ja loe!

Ma ei tea, kuidas Liisale ära öelda. Mul ei ole aega temaga kauba-majja minna. Aga äkki Liisa solvub?



Kuula ka digi-õpikust!



Tuleb meeles pidada, et võõrastele ütlen **teie**.
Palun ja **tänan** küll meelest ära ei lähe.



Minul samuti. Aga keerulisi olu-kordi tuleb ikka ette.
Liisa kutsus mind täna pärast tunde kauba-majja.
Nõustuda oleks lihtne. Mina pean aga ära ütleva.
Keelduda on raske.



Miks sa siis ei saa minna?



Emal on vaja, et ma täna kodus oleksin ja teda aitaksin.



Nii ütlegi. Sõber saab aru.
Lepite kokku mõne uue aja, mis mõlemale sobib.
Suhtlemine ongi keeruline.
Pead nii paljude asjade peale mõtlema.
Hea, et saame seda õppida ja harjutada.

Mida ütleb Maria keeldumise kohta?

Arutelu pere-ringis



Loe!

Kodus saab rääkida kõigest.

Õhtul kõneleme me oma peres sellest, kuidas läks koolis ja tööl.

Arutame, mida poest tuua. Vahel on vaja otsustada,

mis värvi võiksid ruumi seinad olla.

Igaüks avaldab oma arvamust.

Mõned mõtted meile meeldivad ja mõned ei meeldi.

Me peame oma arvamuse teistele pere-liikmetele välja ütleva.

Nii saame kõik kodu-asjades kaasa rääkida

ja üks-teise soove arvestada.

**Miks tuleb oma arvamus teistele pere-liikmetele
välja öelda?**

Märgi lause.



Pere-liikmed arutavad, mis värvi nad seinad värvivad

1. Vaata pilti ja vasta küsimustele.

- Mida perekond arutab?
- Kas kõik pere-liikmed saavad oma arvamuse välja öelda?
- Mida nad värvi valimise kohta ütlevad?
- Kas nad jõuavad värvi valikus kokku-leppele?
- Mis ette-paneku teeb isa?



Pere-liikmed arutavad, mida homme poest osta.

2. Vaata pilti ja vasta küsimustele.

- Mida perekond arutab?
- Kas kõik pere-liikmed saavad oma soovid välja öelda?
- Kas nad arvestavad üks-teise soovidega?

Avaldame arvamust



3. Vaata pilti ja vasta küsimustele.

- Mis tund meeldib Mariale?
- Mis tund meeldib Aliisele?
- Mille järgi sa sellest aru said?



4. Vaata pilti ja vasta küsimustele.

- Mis tund meeldib Andrele?
- Mis tund meeldib Martinile?
- Mille järgi sa sellest aru said?



Kas ma tean?

5. Kuidas vastad?

Märgi õige lause.

- Mulle meeldib kaaslane arvamus.
Ütlen: *olen sinuga nõus / ma ei ole sinuga nõus.*
- Mulle ei meeldi kaaslane arvamus.
Ütlen: *olen sinuga nõus / ma ei ole sinuga nõus.*

6. Vaata pilte ja loe.

Tüdrukud räägivad oma-vahel.



Vasta küsimustele.

- Mis ette-paneku tegi Karina?
- Kes oli Karina ette-panekuga nõus? Mida ta ütles?
- Kes ei olnud Karina ette-panekuga nõus? Mida ta ütles?
- Missuguse uue ette-paneku Karina tegi?

7. Vasta küsimustele. Kirjuta lause jutu-mulli sisse.

- Kes tegi sõpradele ettepaneku kalale minna?
- Kevin nõustus ette-panekuga. Mida ta ütles? Kirjuta.
- Martinile kala-püük ei meeldi. Ta keeldus. Mida ta ütles? Kirjuta.
- Andre tahtis olla koos sõpradega. Ta tegi uue ette-paneku. Ta ütles, et võiks minna kauba-majja. Kirjuta.

Poisid teevad plaane.

The illustration shows four boys in a conversation. Andre (top left) has a speech bubble that says "Lähme pühapäeval kalale." Kevin (top right) has a large empty speech bubble with three horizontal dotted lines. Martin (bottom left) has a large empty speech bubble with three horizontal dotted lines. Andre (bottom right) has a speech bubble that says "Lähme" followed by two horizontal dotted lines.

8. Nõustud või ei nõustu.

Märgi õiged sõnad.

Kui keegi teeb ette-paneku, siis saab...

- olla nõus ehk nõustuda. *Olen nõus / Ei ole nõus*
- öelda ära ehk keelduda. *Olen nõus / Ei ole nõus*

9. Märgi sõna.



Tüdrukud! Hakkame sel aastal võimlemis-ringis käima!

ette-panek, nõus-olek, ära-ütlemine, uus ette-panek



Mina küll ei taha. Mulle ei meeldi üldse sportida.

ette-panek, nõus-olek, ära-ütlemine, uus ette-panek



See on väga hea mõte.

Ma panen oma nime kohe kirja.

ette-panek, nõus-olek, ära-ütlemine, uus ette-panek



Meie tunni-plaaniga sobib muusika-ring väga hästi.

See toimub kohe pärast tunde. Mis te arvate?

Kas hakkame muusika-ringis käima?

ette-panek, nõus-olek, ära-ütlemine, uus ette-panek

10. Millega on tegemist?

Tee õigete lausete ette X.

Sõbrad lõpetasid supi-söömise.

Üks nendest tegi ette-paneku osta veel paar saia.

Ütlesin: „Mina ei taha.“

- Nõus-olek
- Keeldumine
- Uus ette-panek

Üks võõras naine tuli tänaval minu juurde.

Ta lubas mulle burgeri osta.

Vastasin talle: „Aitäh, ma ei soovi.“

- Nõus-olek
- Keeldumine
- Uus ette-panek

Õde kutsus mind šoppama.

Ma vastasin: „Tulen hea meelega.“

Kui meil pärast veel aega ja raha on, siis lähme kinno ka.“

- Nõus-olek
- Keeldumine
- Uus ette-panek

Emaj ja isa teatasid õhtul, et nädala-vahetusel läheme maale vana-isa juurde.

Mina hõiskas: „Hurraa! See on nii tore!“

- Nõus-olek
- Keeldumine
- Uus ette-panek

Õpetaja palus meil Pipi raamat läbi lugeda.

Ma olen seda juba lugenud ja küsisin:

„Kas ma võin lugeda Karlssonit?“

- Nõus-olek
- Keeldumine
- Uus ette-panek



Mängime läbi!

1) Peeter kutsub Kaspari kinno.

Kaspar on ette-panekuga kohe nõus.

Vasta õige lausega.

Peeter: „Lähme täna kinno!“

Kaspar:

- „Vabanda, ma ei saa täna tulla.
Läheme emaga mulle jopet ostma.“
- „See on hea mõte! Lähme!“
- „Hea meelega! Aga käime enne raamatu-kogust ka läbi.“

2) Andre kutsub Martinit raamatu-kokku arvuti-mänge mängima.

Martin ei ole Andre ette-panekuga nõus.

Vasta õige lausega.

Andre: „Lähme täna raamatu-kokku arvuti-mänge mängima!“

Martin:

- „See on hea mõte! Lähme!“
- „Vabanda, ma ei saa täna tulla.
Läheme emaga mulle jopet ostma.“
- „Hea meelega! Aga käime enne ema töö juurest läbi.“

3) Karina kutsub Mariat parki kiikuma.

Maria on aga lubanud koolist kohe koju minna.

Ta teeb ette-paneku homme parki minna.

Vasta õige lausega.

Karina: „Lähme täna parki kiikuma!“

Maria:

- „See on hea mõte! Lähme!“
- „Vabanda, ma ei saa täna tulla. Lubasin kohe koju minna.“
- „Mulle meeldib kiikuda. Aga täna ei saa.
Kas sulle homme sobiks?“



Nüüd ma tean!

- Oma mõtteid peab avaldama.
- Kui kaaslase arvamus või ette-panek meeldib, siis ütlen: „Ma olen nõus!“
- Kui tahan kaaslase arvamusel või ette-panekust keelduda, siis ütlen: „Ma ei ole nõus!“

1.10. Me aitame üks-teist



Vaata ja loe!



Kuula ka digi-õpikust!



Kas sa saad mind natuke aidata?
Ma ei saa kuidagi kollase värvi purgil kaant ära.



Muidugi! Kohe teen. Palun!



Aitäh, et aitasid.



Pole tänu väärt.
Sina tuled ju mulle ka appi, kui ma abi vajan.



Kui saan, siis ikka.

Mida teab Peeter kindlalt?

Kaupluses



Loe!

Abi-valmis inimene märkab, kui keegi on hädas,
ja läheb talle appi.

Kui sina aitad kaaslasi, siis aitavad kaaslased ka sind.

Maria läks emaga poodi.

Nad käivad sageli kahekesi sisse-oste tegemas.

Siis ei pea ema üksinda raskeid poe-kotte kandma.

Maria aitab ema ja võtab ühe koti enda kätte.

Koos on parem ka kaupa valida.

Maria märkas, et üks vana naine ei ulatunud

ülemiselt riiulilt kaera-helveste pakki võtma.

Tüdruk läks tema juurde ja küsis: „Kas ma saan teid aidata?“

Naine ütles, et ta tahaks helveste pakki kätte saada,
aga ei ulatu.

Maria sirutas käe ja andis naisele vajaliku paki.

Naine ütles talle: „**Aitäh abi eest!**“

Maria vastas: „**Pole tänu väärt,**“ ja läks koos emaga edasi.

Mida Maria naise käest küsis?

Märgi Maria sõnad.

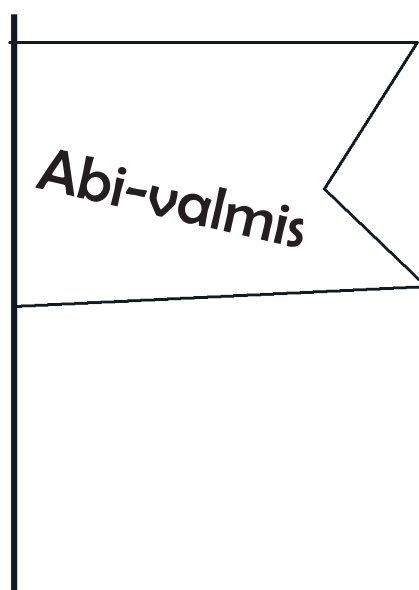
1. Kirjuta jutu-mullide sisse:

- naise tänu-sõnad,
- Maria vastus.



2. Kumb sõna sobib Maria kohta?

Värvi õige sõnaga lipuke.



Jalg-ratta-matkal



Loe!

Kooli neljanda klassi õpilased läksid jalg-ratta-matkale. Matkajad kogunesid kerg-liiklus-tee alguse juurde. Enne põldude vahele jõudmist tuli sõita mööda asfalt-teed. Jalg-ratturid sõitsid ühes rivis. Nii ei seganud nad teisi liikujaid.

Päris raske oli õiget tempot hoida. Peeter vaatas selja taha ja nägi, et Andre on teistest kaugele maha jäänud. Ta keeras rivist välja ja sõitis tagasi Andre juurde.

Andre jalg-rattal oli kett maha tulnud. Peeter tuli appi. Kahekesi said nad kiiresti keti tagasi peale. Andre oli kuulnud, kuidas isa abistajale ütleb: „Ole meheks aitamast!“ Nüüd tuli tal see meelde ja nii ütles ka tema Peetrile: „**Ole meheks aitamast!**“

Peeter ei teadnud niisugust ütlemist ja see tundus naljakas. Ta vastas: „**Võta heaks!**“

Nüüd kihutasid nad koos teistele järele.

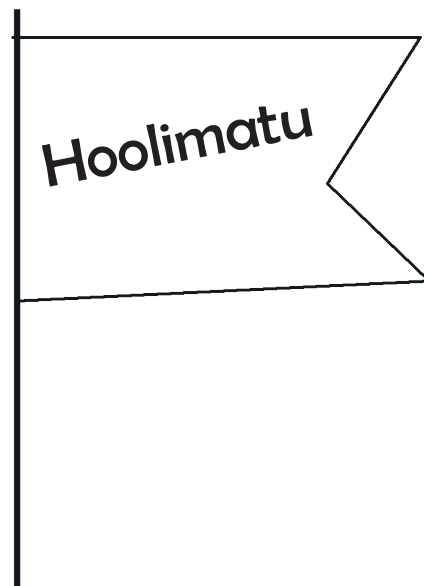
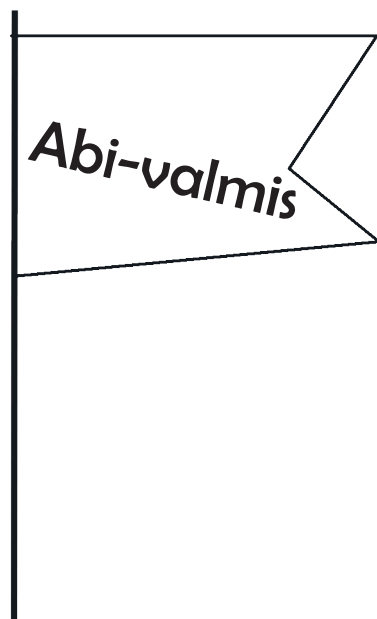
**Kuidas Peeter teadis, et Andret sõitjate-rivis ei ole?
Märgi lause.**

3. Kirjuta jutu-mullide sisse:

- mis sõnadega tänas Andre Peetrit,
- mis sõnadega Peeter vastas.



4. Mis sõnaga võib Peetrit ise-loomustada? Värvi õige sõnaga lipuke.



Klassis



Loe!

Õpetaja küsib sageli: „Kas sa vajad abi?“

Kui sa ei oska ülesannet lahendada, siis ütle seda.

Vajadusel tuleb õpetaja kohe sinu juurde ja aitab.

Ole julge abi küsima!

Mida õpetaja õpilastelt sageli küsib?

Märgi õpetaja sõnad.

5. Vaata pilti.

Kuidas lapsed õpetajalt abi küsivad?



Kuidas sina õpetaja käest abi küsid?



Mõtle ja vasta küsimustele

- Kas sina oled õpetaja käest abi küsinud?
- Kuidas sa küsisid?
- Kas sa said abi?
- Millal sina oled abi vajanud?
- Kuidas sina sõpru aidanud oled?



Kas ma tean?

6. Vaata pilte.

Kuidas saad aidata?

Räägi kaaslasele.



7. Kuidas paluda abi viisakalt?

Märgi õiged laused.

- Palun aita mind!
- Aitäh abi eest!
- Tule palun mulle appi!
- Pole tänu väärt!
- Ma vajan abi!
- Ole meheks aitamast!
- Võta heaks!

8. Kuidas tänada abi eest?

Märgi õiged laused.

- Palun aita mind!
- Aitäh abi eest!
- Tule palun mulle appi!
- Pole tänu väärt!
- Ma vajan abi!
- Tänan!
- Ole meheks aitamast!
- Võta heaks!

9. Kas nii ütleb abi-küsija või abistaja?

Märgi õiged sõnad!

Võta heaks! *abi küsija / abistaja*

Pole tänu väärt! *abi küsija / abistaja*

10. Kas aitad?

Märgi oma arvamus.

Lapsed istuvad ümber söögi-laua.

Leiva-taldrik on Aliisest kaugel.

Ta palub sinul leiba ulatada. Kas aitad?

Jah

Ei

Kehalise kasvatuse tund on õues.

Kevin ei oska tennise-paelu kinni siduda.

Ta palub sinult abi. Kas aitad?

Jah

Ei

Kaspar kutsub sind plastiliini-kuule tegema.

Ta arvab, et nendega oleks hea tahvli peale täpsust visata.

Kas aitad?

Jah

Ei

Varsti on muusika-tund.

Karina palub sinult abi laulu-sõnade õppimisel. Kas aitad?

Jah

Ei

Peetril on kodune harjutus tegemata.

Ta tahab maha kirjutada ja küsib selleks sinu vihikut.

Kas aitad?

Jah

Ei



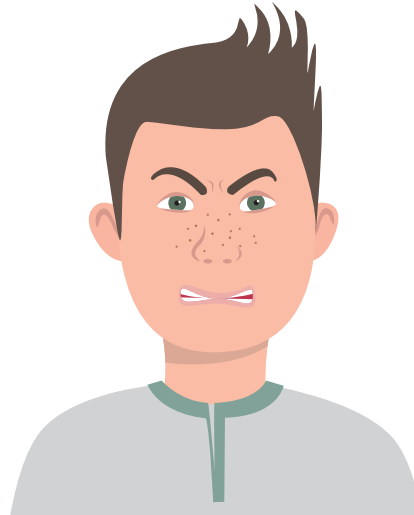
Nüüd ma tean!

- Abi-valmis inimene läheb vajadusel teisele appi.
- Ole julge abi küsima!
- Ole tähele-panelik abi pakkuma!

1.11. Me ei tohi üks-teisele liiga teha



Vaata ja loe!



Kuula ka digi-õpikust!



Andre läks eile nii vihaseks, et lõi Katit ja Liisat.



Miks?



Keegi peitis tema mobiili ära.



Kas Kati ja Liisa?



Ei tea, kes. Keegi ei öelnud.

Kõik kartsid Andre käest peksa saada.

Kati ja Liisa olid kõige lähemal ja Andre lõi neid.



See oli küll inetu lugu.

Keegi kiusas Andret ja ajas ta närvi.

Kannatada said hoopis tüdrukud.

Kas oma halbu tundeid võib teiste peal välja elada?

Mis klassis juhtus?



Mõtle ja räägi klassi-kaaslastega

- Mis oli juhtunud Andre mobiiliga?
- Mille peale Andre vihastas?
- Kas Andrel oli õigus vihane olla?
- Kas Andre tegi õigesti, kui tüdrukuid lõi?
- Mida Andre oleks võinud teha?
- Mida mobiili peitjad kindlasti tegema peavad?
- Mida Andre kindlasti tegema peab?

Head ja halvad tunded

1. Kirjuta sõnad tabelisse.

rõõm, viha, armastus, hirm, õnn, kurbus

HEAD TUNDED	HALVAD TUNDED

Hilinemine



Loe!

Kaspar hilines kooli. Ta ei pannud õhtul kooli-kotti kokku. Hommikul läks selle peale aga palju aega. Nii ei jõudnud poiss õigeaks ajaks bussi peale. Ta pidi ootama järgmist bussi.

Kaspar oli vihane nii enda kui ka bussi peale. Tema paha-meel ei läinud üle.

Vahe-tunnis istus Maria oma pingis ja joonistas. Kaspar virutas jalaga vastu Maria tooli. Maria ehmus ja kukkus toolilt maha. Ta sai väga haiget. Teised lapsed lohutasid Mariat.

2. Kirjuta lünka õige sõna.

narris, tõukas, kukkus, peitis, ehmatas

Maria kukkus toolilt maha, sest Kaspar
..... tema tooli.



Mõtle ja räägi kaaslasega

Mida võis tunda Kaspar? Kas see oli hea või halb tunne?

Mida võis tunda Maria? Kas see oli hea või halb tunne?

Kes kellele liiga tegi?

3. Mida Kaspar peab Mariale ütlema?

Kirjuta lause lõpp ise.

Kaspar peab Mariale ütlema:

„Palun vabandust, et“

Ehmatus



Loe!

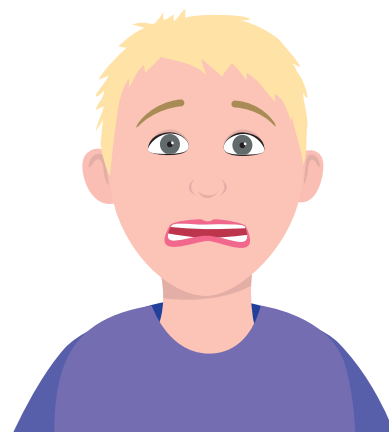
Liisa lippas raamatu-kokku uut raamatut võtma.
Martin mõtles, et teeb natuke nalja.
Ta peitis ennast ukse taha. Liisa tuli jooksupä.
Martin hüppas karjudes Liisa ette.
Liisa ehmus nii, et läks näost valgeks.
Tüdrukud tulid Liisat lohutama.

4. Kirjuta lünka õige sõna.

narris, tõukas, kukkus, peitis, ehmatas

Liisa läks näost valgeks, sest Martin

..... teda.



Mõtle ja räägi kaaslasega

- Mida võis tunda Liisa?
- Kas see oli hea või halb tunne?
- Mida võis tunda Martin?
- Kas see oli hea või halb tunne?
- Kes kellele liiga tegi?

5. Mida Martin peab Liisale ütlema?

Kirjuta lause lõpp ise.

Martin peab Liisale ütlema:

„Anna andeks, et“

Riide-hoius



Loe!

Õpilased olid riide-hoius. Kati ootas Peetrit. Ta tahtis poisile kätte maksta. Peeter ei öelnud talle loodus-õpetuse tunnis vastust ette. Kati oli ikka veel tema peale kuri. Nüüd laulis ta valju häälega: „Peeter, Peeter, peet, peet!“ Peeter vihastas ja ütles: „Minu nimi on Peeter. Nime järgi narrimine on rumal.“

6. Vali lünka õige sõna.

narris, tõukas, kukkus, peitis, ehmatas

Peeter vihastas, sest Kati
..... tema nime.



Mõtle ja räägi kaaslasega

- Mida võis tunda Peeter?
- Kas see oli hea või halb tunne?
- Mida võis tunda Kati?
- Kas see oli hea või halb tunne?
- Kes kellele liiga tegi?

7. Mida Kati peab Peetrile ütlema?

Kirjuta lause lõpp ise.

Kati peab Peetrile ütlema:

„Palun vabanda, et sind

Kadunud kooli-kott



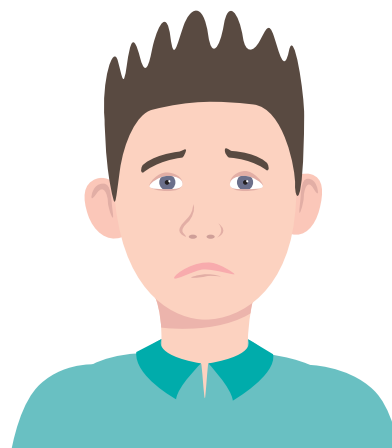
Loe!

Kevin hakkas kooli-asju kokku panema.
Poiss kiirustas, sest inva-takso pidi talle varsti järele tulema.
Kevin ei leidnud oma kooli-kotti.
Ta vaatas laua alla ja kapi teha. Kuskil ei olnud.
Kevin oli kurb. Keegi lastest ütles, et Andre peitis koti ära.
Andre naeris. Talle meeldis Kevinit kiusata.
Klassi-kaaslased aitasid Kevinil koti üles otsida.
Kõik olid Andre peale pahased.

8. Vali lünka õige sõna.

narris, tõukas, kukkus, peitis, ehmatas

Kevin oli kurb, sest Andre
..... tema koolikoti ära
ja naeris tema üle.



Mõtle ja räägi kaaslasega

- Mida võis tunda Kevin?
- Kas see oli hea või halb tunne?
- Mida võis tunda Andre?
- Kas see oli hea või halb tunne?
- Kes kellele liiga tegi?

9. Mida Andre peab Kevinile ütlema?

Kirjuta lause lõpp ise.

Andre peab Kevinile ütlema:

„Andesta, et“



Mõtle ja vasta küsimustele

- Mida sa ütled lapsele, kes teist kiusab?
- Kuidas sa lohutad haiget saanud klassi-kaaslast?

10. Moodusta sõnadest lause.

ei, Keegi, liiga, teha, teistele, tohi

Kirjuta!

.....

11. Kas oma halbu tundeid võib teiste peal välja elada?

Märgi õige vastus.

Jah

Ei

12. Kas kiusamine on üldse kunagi lubatud?

Märgi õige vastus.

Jah

Ei



Loe!

Staadionil juhtus õnnetus.

Kaspar proovis, kui kiiresti ta joosta jõuab.

Andre oli kade, et Kaspar nii kiiresti jookseb.

Ta tahtis Kasparit ehmatada ja hüppas jooksu-rajale.

Kaspar ja Andre pörkasid kokku.

Mõlemad poisid kukkusid maha ja said kõvasti haiget.

Kaspar ütles: „Vabanda, et sulle otsa jooksin.

Ma ei saanud nii kiiresti pidurdada.“

Andre vastas: „Anna andeks. Mina olin meie õnnetuses süüdi.“

Hurraa! Poisid ei läinudki tülli!

13. Märki tekstiga sobivad laused.

- Kaspar harjutas kiir-jooksu.
- Andrel tuli hea mõte.
- Andrel tuli kiusu-mõte.
- Kaspar ei saanud kiiresti pidurdada.
- Mõlemad poisid said haiget.
- Kaspar teadis, et Andre jookseb ette.
- Kaspar ei teadnud, et Andre rajale ette jookseb.
- Andre tunnistas, et tema oli kukkumises süüdi.



Mõtle ja räägi kaaslasele

- Kuidas poistel õnnestus tülli minekust pääseda?



Nüüd ma tean!

- Kõik olu-korrad saab lahendada sõbralikult rääkides.
- Keegi ei tohi teisele inimesele liiga teha.
- Kiusamine ei ole lubatud.

1.12. Meie jõuame kokku-leppele



Vaata ja loe!



Kuula ka digi-õpikust!



Loodame, et eilne tüdrukute ja poiste vaheline tüli täna uuesti ei alga.



Läksime kõik ägedaks. Teisi süüdistada oli kerge. Vabandada oli raske. Hea, et õpetaja appi tuli.



Kuidas küll jõuda kokku-leppele ilma tülitsemata? Seda tuleb meil õppida.

Mida Peeter ja Maria tahavad õppida?

Vaidlus



Loe!

4. klassi õpilased otsustasid kinno minna.
Kõik olid nõus, et see on hea mõte.

Mida vaadata?

Tüdrukud tahtsid väga näha „Kaunitari ja koletist“.

See on ilus ja armas film.

Poisid ütlesid, et see on armastus-film.

Nemad vaataksid „Imelisi“. See on tõeline seiklus-film.

Tüdrukud arvasid, et poiste film on nõme.

Poisid olid vihased, et tüdrukud nende filmi vastu olid.

Nad ütlesid: „Mitte kunagi ei arvestata meiega.

Te peate tulema seda filmi vaatama.“

Tüdrukud süüdistasid: „Ise valisite nii nõmeda filmi välja.

Meie ei ole nõus seda vaatama.“

Õpetaja ütles, et on rumal kinno-mineku pärast
oma-vahel tülli minna.

Ta tegi ette-paneku üks-teisega rääkida.

Tüdrukud räägivad, mille poolest nende film huvitav on.

Poisid räägivad aga, miks just nende valitud filmi tuleb vaadata.

Kui rahulikult arutada, siis jõuab kokku-leppele, mis filmi vaadata.

Missuguse ette-paneku tegi õpetaja?

Märgi lause.



1. Täida tabel.

Kes?	Mis filmi tahtsid vaadata?	Mida arvasid teise filmi kohta?
Tüdrukud		
Poisid		



Mõtle ja vasta küsimustele



Kas vihane olek aitab kokku-leppele jõuda?



Kas hirmutamine aitab kokku-leppele jõuda?



Kas süüdistamine aitab kokku-leppele jõuda?



Kas oma-vaheline rääkimine aitab kokku-leppele jõuda?

Vaidlus lõpeb



Loe!

Klassis tõusis kõva sumin. Oli kuulda, et vaidlus kisub tuliseks. Peeter tegi ette-paneku: „Teeme siis nii, et tüdrukud vaatavad oma filmi ja poisid oma filmi.“

Andre ja Kati olid sellega nõus.

Maria oli päris pahane: „Me tahtsime ju kõik koos oma klassiga kinno minna. Kuidas siis nii?“

Äkki tuli Kasparil hea mõte: „Lähme kinno teine kord, kui film sobib nii poistele kui ka tüdrukutele.

Praegu on linnas Riia tsirkuse etendused.

Tõstke käed, kes tahavad tsirkusesse minna!“

Kõik tõstsid käed.

Filmi valimise tüli oli unustatud.

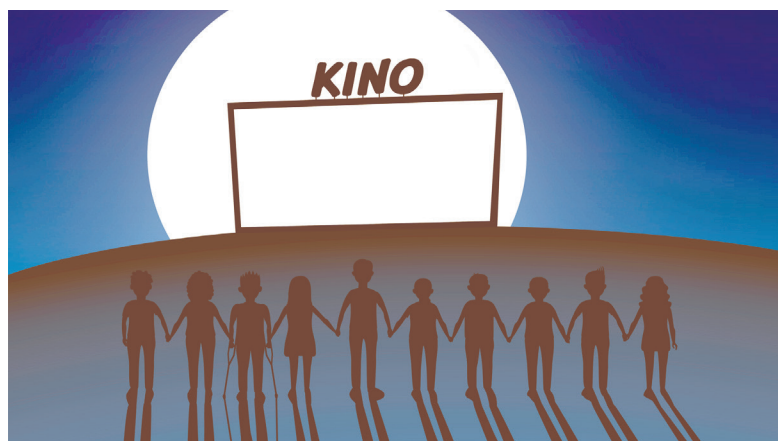
Otsustati, et kinno minnakse järgmisel kuul.

Siis valitakse nii-sugune film, mille vaatamise üle vaidlema ei pea.

Lapsed õppisid, et kokku-leppele jõudmine on mõni-kord päris keeruline.

Mida lapsed vaidlusest õppisid?

Märgi lause.



2. Kirjuta lünka sobiv sõna.

halva, hea, viletsa, õige

Minu arvates tegid lapsed kokku-leppe.

3. Mis aitab kokku-leppele jõuda?

Jooni alla õiged sõnad.

- Rahulikuks jäämine või vihane olek.
- Hirmutamise või oma-vahel rääkimine.
- Süüdistamine või sõbralik olek.

4. Millised variandid valid sina kokku-leppele jõudmiseks?

Otsustasite sõbraga, et ostate endale sama-sugused T-särgid. Sõber tahab, et T-särk oleks musta värvi, sulle aga meeldib kõige rohkem sinine. Tekib vaidlus.

- Jään rahulikuks ega vihasta sõbra arvamuse peale.
- Olen sõbralik ja ei hakka teise valiku kohta halvasti ütleva.
- Ütlen, et kui me sinist T-särki ei osta, siis ma enam tema sõber ei ole.
- Räägin sõbrale, kui hea sinine T-särk välja näeb ja kui ägedad me nendes oleme.



Nüüd ma tean!

Tülitsemine ei lahenda tekkinud halba olukorda.

Kokku-leppele aitavad jõuda:

- rahulikuks jäämine,
- sõbralik meel,
- oma-vahel rääkimine.

1.13. Meie ei kaeba üks-teise peale



Vaata ja loe!



Kuula ka digi-õpikust!



Ma nägin eile, et ühed meie kooli tüdrukud pargis suitsetasid. Kas ma peaksin õpetajale ütlema?



Nad ütlevad siis, et sa kaebasid nende peale. Ja võivad sind kiusama hakata.



See küll kaebamine ei ole. Nad rikuvad oma tervist. Seda tuleb takistada. Ma ikka teatan õpetajale.



Mis vahe on teatamisel ja kaebamisel?
Kuidas aru saada, millal on teatamine ja millal kaebamine?

Millest Peeter ja Maria aru tahavad saada?

Aliise aitab sõpra



Loe!

Tunnid lõppesid. Õpilased ootasid õues kooli-bussi.

Üks suur poiss haaras Karinalt kooli-koti.

Karina jooksis kotile järele.

Suur poiss viskas koti aga teisele poisile.

Karina ei saanud kotti kätte. Ta hakkas nutma.

Aliise nägi, et suured poisid kiusavad Karinat.

Ta läks sellest õpetajale teatama.

Õpetaja tuli ja lõpetas kiusamise. Karina sai koolikoti kätte.

Õpetaja kiitis Aliiset ja ütles: „Kiusamisest teatamine ei ole kaebamine. See on enese ja teiste kaitsmine.“

Mida õpetaja Aliisele ütles?

Märgi õpetaja sõnad.





Mõtle ja räägi klassi-kaaslastega

- Kus õpilased olid?
- Keda poisid kiusasid?
- Kes kutsus abi?
- Mida poisid võisid tunda siis, kui nad kotti pildusid?
- Mida poisid võisid tunda siis, kui õpetaja tuli?
- Mida Karina võis tunda, kui kotti kätte ei saanud?
- Mida Karina võis tunda siis, kui õpetaja tuli?
- Kes käitusid vägi-valdselt?
- Kes käitus õigesti?
- Mida õpetaja ütles?

1. Kujuta ette, et sina oled Aliise.

Täida lüngad.

Mul on sõber Karina.

Suured poisid teda.

Karina hakkas

Mina õpetaja juurde.

Õpetaja mind.

Ta ütles, et kiusamisest ei ole kaebamine.

Õpetaja tuli ja lõpetas

Mul oli meel, et sain sõpra aidata.

2. Kas peab õpetajale teatama?

Märgi õige vastuse juurde X.

1) Pingi-naaber võttis minu pastaka ja peitis selle ära.

Kui pidime kirjutama hakkama, andis ta pastaka mulle tagasi.

Peab Ei pea

2) Keegi võttis minu Nike'i tossud ja läks nendega kehalise kasvatuse tundi.

Peab Ei pea

3) Mul on raha-kott kadunud.

Peab Ei pea

4) Kaspar seisis klassi ukse peal. Ta ei lasknud kedagi sisse. Kui tunni-kell helises, hüppas ta eest ära ja kõik jooksid oma kohtadele.

Peab Ei pea

5) Nägin, et 6. klassi poisid mängisid WC-s tikkudega.

Peab Ei pea

Pärast söögi-vahe-tundi



Loe!

Õpilased tulid sööklast. Martin hüüdis kohe õpetajale: „Andre jättis terve söögi järele! Ütles, et nii halb söök. Mina sõin küll kõik ära!“ Õpetaja oli üllatunud.

Kõige-pealt küsis ta Martinilt: „Miks sa seda mulle räägid?“ Martin ei osanud midagi vastata.

Siis uuris õpetaja Andre käest, miks ta ei söönud.

Andre vastas: „Mul on halb olla ja mitte midagi ei taha süüa.“

Õpetaja ütles nüüd Martinile: „See oli küll kaebamine.

Ise sa ei teadnud, et Andrel on halb olla.

Aga sa tahtsid näidata, et oled Andrest parem.

Sina ju sõid oma toidu ilusti ära.

Kaaslase peale kaebamine on inetu tegu.“

Martin sosistas: „Palun vabandust!“

Mida ütles õpetaja kaebamise kohta?

Märgi lause.



Juhtum lille-vaasiga



Loe!

Mari ja Liina mängisid toas.

Mängu-hoos tõukas Mari kogemata laual oleva suure lille-vaasi ümber. Vesi ujutas kogu laua üle.

Mari tõi kohe köögist lapi ja hakkas kuivatama.

Liina jooksis aga aeda ja hõikas emale:

„Ema! Mari ajas vaasi ümber!“

Ema ei tulnudki Mariga pahandama. Ta ütles hoopis Liinale:

„Mis sa kaebad? Kas see juhtum on tõesti kaebamist väärt?“

Mõttele selle üle. Mine Marile appi!“

Mida ütles ema kaebajale?

Märgi ema laused.

3. Kas sina oleksid käitunud Mari või Liina moodi?

Märgi pildil X.





Mõtle ja vasta küsimustele

- Kas keegi on sinu peale kaevanud?
- Mida sa siis tundsid?
- Mida võib tunda see laps, kelle peale on kaevatud?
- Miks mõni inimene teise peale kaebab?

4. Moodusta sõnadest lause.

inetu, Kaaslaste, kaebamine, on, peale, tegu

Kirjuta!

.....



Nüüd ma tean!

- Kiusamisest rääkimine ei ole kaebamine.
- Kiusamisest peab teatama enese ja teiste kaitsmiseks.
- Kaebamine on siis, kui keegi tahab ennast paremana näidata.
- Kaaslaste peale kaebamine on inetu tegu.

1.14. Kordamine



Vaata ja loe!



Kuula ka digi-õpikust!



Me oleme juba päris kaua koolis käinud.
Inimese-õpetus on nii huvitav tund.
Iga-päevaseid asju on põnev arutada.



Mulle ka meeldib. Aga suhtlemise ja käitumise õppimine
on samal ajal keeruline ka.
Tunnis õpid küll, aga kui vaja, ei tule õige asi meelde.



Sul on õigus.
Aga täidame kordamiseks ühe rist-sõna ka!
Õige lahenduse korral saame teada,
missugune tahab olla iga laps.



Kas ma tean?

1. Missugune tahab olla iga laps?

Lahenda rist-sõna.

1. Klassi peo kohta ütleme klassi-... . (6. peatükk)
2. Kiusamisest ... ei ole kaebamine. (13. peatükk)
3. Keegi ei tohi olla vägi-... . (11. peatükk)
4. Oma-vaheline sõbralik rääkimine aitab jõuda kokku-... .
(12. peatükk)
5. ...-valmis inimene läheb teisele alati appi. (10. peatükk)
6. Kõige tähtsamad inimesed koolis on
7. Kõige tähtsam ... on arvestada teiste inimeste õigustega.
(4. peatükk)

1.	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
2.	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
3.	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
4.	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
5.	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
6.	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
7.	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>

Iga laps tahab olla



Mängime läbi!

Sa näed, et klassi-kaaslane otsib riide-hoius oma mütsi.

Müts on kusagil peidus.

Klassi-kaaslane kutsub sind appi.

Koos leiatega kadunud mütsi ruttu üles.

Klassi-kaaslane:

„Mul on müts kadunud. Palun tule mulle appi otsima.“

Mina: „Muidugi tulen sulle appi.

Koos leiame mütsi rutem üles.“

Lapsed otsivad mitmest kohast. Leiavad. Müts oli kukkunud jala-nõude-riiuli taha.

Klassi-kaaslane: „Aitäh abi eest.“

Mina: „Võta heaks!“

Mängime uuesti!

2.1. Tervislikud elu-viisid – sport ja puhkus



Vaata ja loe!



Kuula ka digi-õpikust!



Tere, Maria! Mis sa eile pärast kooli tegid?



Tere! Jalutasin koolist otse koju. Kõige-pealt tegin endale mõned või-leivad. See-järel puhkasin pisut diivanil. Tegin matemaatika kodu-töö ära. Õhtul käisime ema ja koer Lottega pargis jalutamas. Viskasin Lottele puu-oksa. Tema jooksis sellele järele ja tõi mulle tagasi. Jooksime ka võidu. Lotte on väga kiire jooksja. Mulle meeldib samuti kiiresti joosta. Mida sina tegid?



Mina sõitsin bussiga koju. Isa ütles, et kui olen kooli-tööd ära teinud, saame õhtul koos jalg-ratastega sõitma minna. Ma ei viitsinud kohe õppima hakata. Hakkasin hoopis arvutis mängu mängima. Alles õhtul tuli meelde, et meil oli matemaatikas kodu-töö teha.



Kas sa siis rattaga sõitma ei jõudnudki?



Kahjuks ei jõudnud. Isa ütles, et pean ikka kodu-töö enne ära tegema. Mul ei olnud muud võimalust. Kõige-pealt sõin õhtu-sööki, siis hakkasin matemaatika- ülesandeid lahendama. Kui ülesanded valmis sain, algas juba une-aeg.

Kumb lastest puhkas ja liikus aktiivselt?

Aktiivne liikumine



Loe!

Liikuda on lihtne – kõnni, jookse, sõida jalgrattaga. Eriti tore on liikuda koos pere ja sõpradega värskes õhus. Hea on teha liikumis-pause ka õppimise, teleri vaatamise ja arvutis mängimise vahele.

Liikuma peab iga päev vähemalt tund aega.

Kas sa oled täna aktiivselt liikunud?

Millisel viisil?

Räägi kaaslastele.



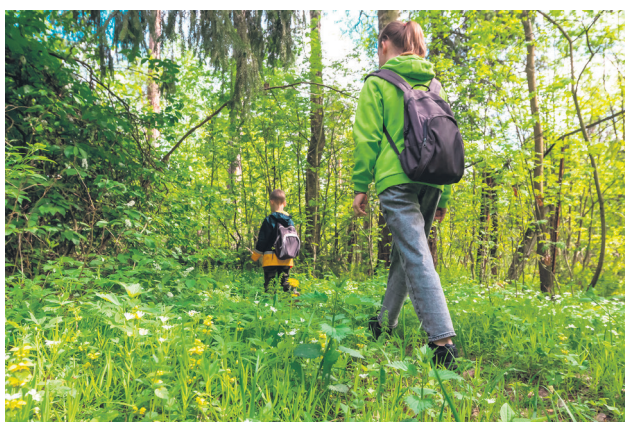
Perega jalutamine



Rattaga sõitmine



Jooksmine



Sõbraga matkamine

Sportimine



Loe!

Sportimine on trenni tegemine. See on samuti liikumine. Sporti saab teha kehalise kasvatuse tunnis ja trennis. Spordi tegemiseks on palju võimalusi – võimle, mängi jalg-palli ja korv-palli, uju, talvel suusata. Iga inimene saab ise valida, milline sportlik tegevus talle meeldib.

Lapsed võiksid teha sporti vähemalt kolmel päeval nädalas.

Milline sportlik tegevus sulle meeldib?

Millises trennis sa käid?

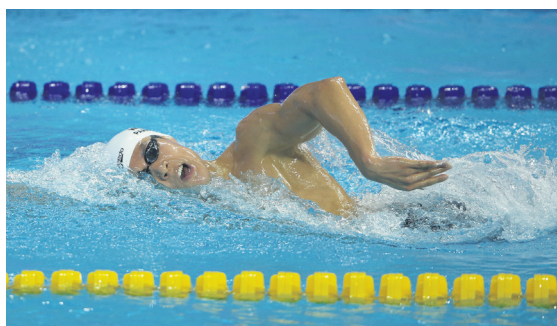
Räägi kaaslastele.



Jalg-palli mängimine



Korv-palli mängimine



Ujumine

Puhkamine



Loe!

Puhkamine ja magamine on sama olulised nagu aktiivne liikumine. **Puhkamine on iga-sugune meeldiv tegevus, mis ei ole kohustuslik tegevus.**

Inimesed puhkavad erineval viisil. Mõned käivad metsas või järve ääres värskes õhus. Teised lesivad diivanil, loevad aja-kirja või kuulavad muusikat.

Millisel viisil inimesed puhkavad?

Märgi laused (2).



Võrk-kiiges kiikumine



Liiva-lossi ehitamine

Uni



Loe!

Inimesed puhkavad ka magamise ajal. **Une-ajal puhkab inimene päevastest tegevustest – õppimisest, töötamisest, sportimisest.** Magamise aeg on põhiliselt öösel.

Lapsed peavad magama vähemalt 9 tundi öö-päevas.

See on sinu jaoks piisav aeg, et pea ja keha puhkaksid.

Nii oled reibas, jõuad õppida ja aktiivselt liikuda.

**Mitu tundi öö-päevas peavad lapsed magama?
Märgi lause.**



Magamine

Tervise hoidmine

Me saame oma tervist hoida mitmel viisil:

- teeme sporti;
- liigume iga päev aktiivselt värskes õhus;
- puhkame ja magame piisavalt;
- tegeleme sellega, mis rõõmu valmistab.

Terve inimene tunneb ennast hästi. Haige inimene tunneb ennast halvasti. Ta ei jaksa õppida, sportida ega mängida.

Kuidas me saame oma tervist hoida?

Räägi kaaslastele.



Mõtle ja vasta küsimustele

- Kuidas sina oma tervise eest hoolitsed?
- Millest sa kõige rohkem rõõmu tunned?
- Millises kooli-tunnis saad sa kõige rohkem liikuda?
- Kuidas sa puhkad?

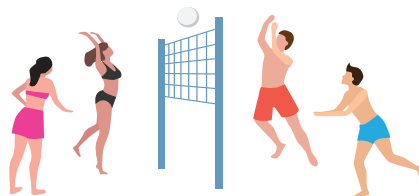


Kas ma tean?

1. Mis on tervisele kasulik? Märki õiged vastused.

- Liikumine.
- Vähe puhkust.
- Värske õhk.
- Rõõmus meel.
- Kurb meel.
- Palju tööd.
- Piisav uni.

2. Millised aktiivsed tegevused sulle meeldivad? Märki pildil.



3. Täida tabel teksti järgi.

Eile läks Maria magama kell 24.00. Täna hommikul ärkas ta kell 7.00.

Peeter läks eile magama kell 22.00. Täna hommikul ärkas ta kell 7.00.

	Maria	Peeter
Mis kell läksid eile lapsed magama?		
Mis kell täna lapsed ärkasid?		
Mitu tundi said lapsed magada?		
Kas nad magasid piisavalt?		

4. Täida tabel enda kohta.

	Mina
Mis kell sa eile magama läksid?	Läksin magama kell
Mis kell sa täna ärkasid?	Ärkasin kell
Mitu tundi said sa magada?	Sain magada tundi.
Kas sa magasid piisavalt?	

5. Vaata digiõpikust videot.

Mida lapsed videos teevad?

Proovi teha sama-moodi.



Nüüd ma tean!

- Liikumine ja sportimine mõjuvad minu tervisele hästi.
- Aktiivne liikumine koos sõpradega teeb meele rõõmsaks.
- Pean liikuma iga päev vähemalt tund aega.
- Magamise ajal puhkan õppimisest, töötamisest ja sportimisest.
- Pean magama vähemalt 9 tundi öö-päevas.

2.2. Kahjulikud harjumused – teleri- ja arvuti-sõltuvus



Vaata ja loe!



Kuula ka digi-õpikust!



Tere!



Tere! Tead, mul on mure. Ma olen täna väga väsinud. Mul on raske pingis korralikult terve tunni istuda.



Miks sa siis täna nii väsinud oled?



Ma vaatasin eile õhtul telekast ühte põnevat laulu-saadet. See kestis süda-ööni. Ma ei tahtnud poole saate pealt magama minna. Ema sai minu peale pahaseks. Läksin lõpuks voodisse. Und ei tulnud. Mõtlesin ikka lauljate peale. Lõpuks jäin magama.

Hommikul oli raske ärgata. Uni oli suur. Silmad on väsinud ja punased praegugi. Õnneks oli ema nõus mind autoga kooli tooma. Muidu oleksin küll esimesse tundi hilinenud.



Siis saan ma aru, miks sul täna koolis nii raske on.

Miks oli Maria koolis väsinud?

Teleri-sõltuvus



Loe!

Pille vaatab igal hommikul telerist multikaid. Ta jätab hommiku-söögi söömata, kui ema seda meelde ei tuleta. Pärast kooli vaatab Pille telerist oma lemmik-saateid ja sarju. Varem käis tüdruk tantsu-trennis ja sõbrannadega väljas jalutamas. Enam Pillele need tegevused huvi ei paku.



Pille vaatab telerit

1. Täida lüngad.

Pillele on tegevused (*milles?*)
kõige tähtsamad. Pille ei huvita enam (*mis?*)
..... ega
Pillel on (*mille?*)-sõltuvus.

Arvuti-sõltuvus



Loe!

Karlile meeldib veeta vaba aega arvutis. Kui ta koolist koju jõuab, läheb ta kohe arvuti taha. Ta mängib arvuti-mänge ja vaatab videoid. Karlil ei ole enam üldse aega mängida oma noorema vennaga. Vahel unustab ta ka koolis antud koduste tööde tegemise ära.



Karl mängib arvuti-mänge

2. Täida lüngad.

Karlile on tegevused (*milles?*) kõige tähtsamad.

Karlil ei ole enam aega (*mille?*) ja jaoks.

Karlil on (*mille?*)-sõltuvus.

Silma-nägemine



Loe!

Ekraanide vaatamine väsitab silmi. Silmad võivad hakata punetama ja kipitama. Pika-aja jooksul võib muutuda nägemine järjest halvemaks. See-tõttu võib arst soovitada lõpuks prillide kandmist.

**Kuidas mõjub ekraanide vaatamine silmadele?
Leia vastus tekstist. Märki laused (3).**



Silmad on väsinud



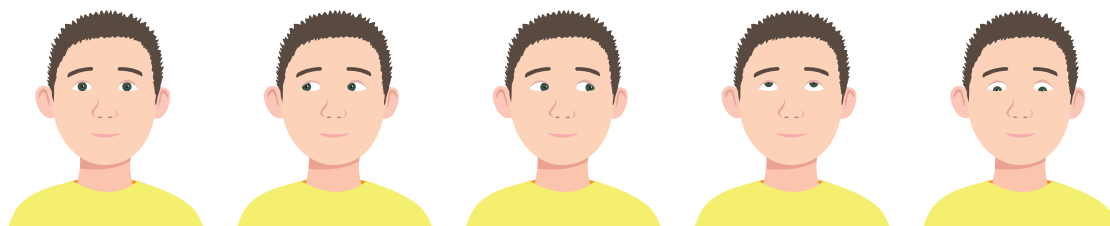
Halb silma-nägemine



Jäta meelde!

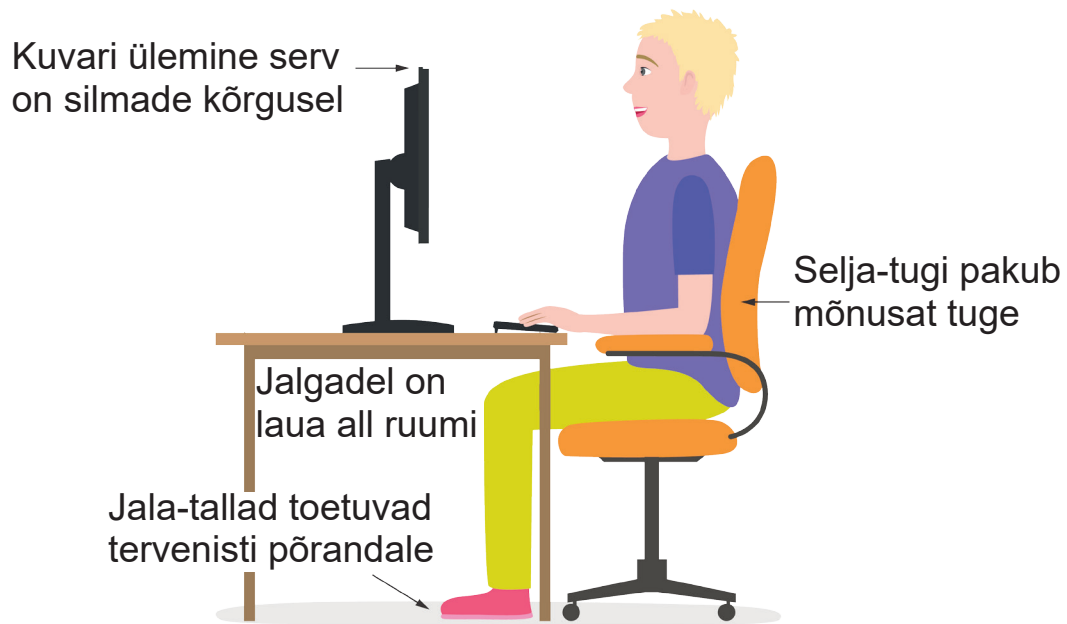
- Silmad vajavad ekraanist puhkust.
- Vaata aknast välja ning tee silmadele harjutust.

Harjutus silmadele

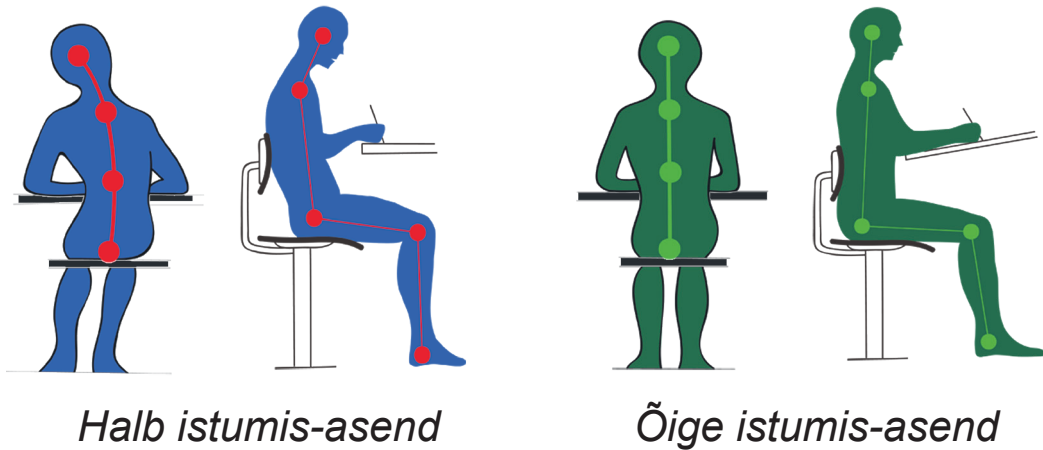


Vaata otse, paremale, vasakule, üles ja alla.
Tee harjutust 5 kuni 10 korda järjest.

Õige istumis-asend laua taga



3. Istu õigesti! Kontrolli asendit pildi järgi.

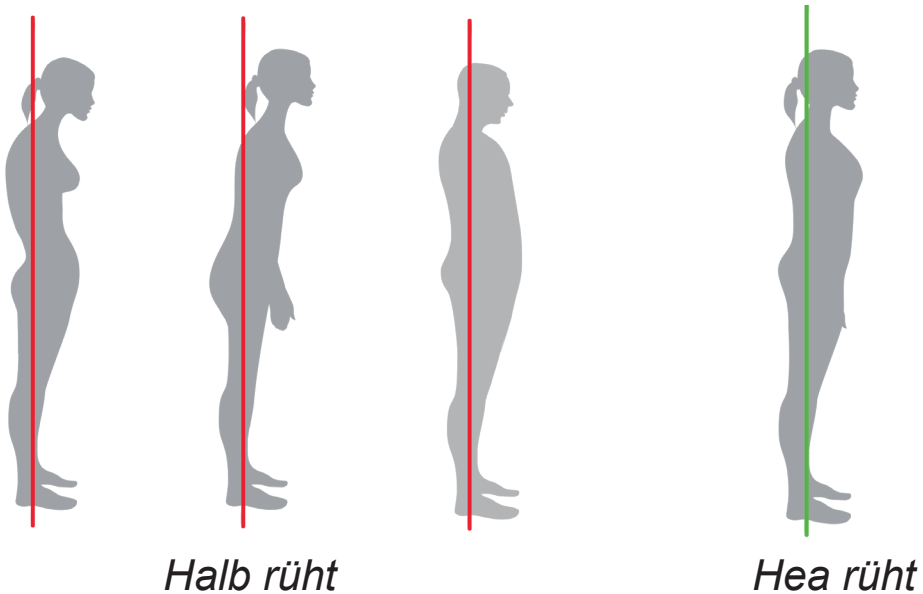


Liiga kaua vales asendis istumine paneb keha valutama.
Vale asend muudab ka meie rühti – selga võib tekkida kүүr.

**Mis juhtub kehaga, kui istud laua taga vales asendis?
Leia vastus tekstist. Märki laused (2).**



Vale asend arvutiga töötamiseks ja mängimiseks





Jäta meelde!

- Arvutiga tegelemise ajal tuleb istuda laua taga õiges asendis.
- Lisaks on vaja arvutist vahe-peal puhata: siruta, liigu õues, tee trenni.



Mõtle ja vasta küsimustele

- Kui palju aega päevas veedad sa teleris või arvutis?
- Kuidas võivad tekkida arvuti-sõltuvus ja teleri-sõltuvus?
- Sa kutsud sõbra endaga välja. Sõber vastab, et tal ei ole aega. Tal on kodus arvuti-mäng poolleli. Mida sa talle ütleksid?



Kas ma tean?

4. Millisel pildil on väsinud Maria? Vali õige pilt.



Põhjenda oma valikut kaaslasele.

5. Märki laused, mis käivad sinu kohta.

- Mõttled pidevalt arvutis mängimisele või teleri vaatamisele.
- Proovid veeta vähem aega arvutis või teleris.
See muudab sind tujukaks, ärrituvaks, kurvaks.
- Veedad kauem aega arvutis või teleris, kui alguses plaanis oli.
- Veedad aega arvutis või teleris. Selle-pärast jäävad kooli-tööd hilis-õhtu peale või hoopis tegemata.
- Sa ei soovi sõpradega kohtuda ega suhelda. Selle asemel soovid arvutis mängida või telerit vaadata.
- Valetad emale või isale arvutis mängimise või teleri vaatamise kohta.

Võrdle enda vastuseid kaaslase vastustega.

Mis on sarnast, mis on erinevat?



Nüüd ma tean!

- Arvutis mängimine ja teleri vaatamine võivad tekitada sõltuvust.
- Sõltuvuses inimesele on kõige olulisemad tegevused arvutis ja teleris.
- Pidev tegevus arvutis ja teleris mõjub halvasti meie silmadele ja kehale.
- Kui tegelen arvutiga, pean istuma laua taga õiges asendis.
- Vahe-peal teen puhke-pause – puhkan silmi ja liigutan keha.

2.3. Kahjulikud harjumused – suitsetamine



Vaata ja loe!



Kuula ka digi-õpikust!



Peeter, kas sinu peres keegi suitsetab?



Ei suitseta.



Minu peres ka mitte. Aga hommikul ootasin bussi-peatuses bussi. Seal seisis üks naine ja suitsetas. Pidin temast kaugemale minema, sest suitsu-toss haises. Suits tuli mulle silma. Mu silmad hakkasid kipitama.



Sa tegid õigesti, et eemale läksid! Suits on tervisele kahjulik. Isegi siis, kui sina suitsetaja kõrval seisad.



Kuidas suitsetamine inimestele mõjub?

Mis häiris Mariat bussi-peatuses? Miks?

Suitsetamise halb mõju tervisele



Loe!

Suitsetaja **juuksed** ja **küüned** muutuvad nõrgaks.
Suits muudab küüned kollaseks.



Suitsetamine kahjustab kopsu. **Hingamine** muutub raskeks.
Inimene ei jaksa piisavalt liikuda ja sporti teha.



Suitsetajal on sageli halb **hinge-õhk**. **Hambad** lagunevad ja muutuvad kollaseks.



Suitsetamise halb mõju õppimisele



Loe!

Mälu võib muutuda kehvaks.
Õpitud asjad ununevad kiiresti.



Ei suuda keskenduda.
Tekib pidevalt mõtte –
kust saaks uue suitsu?



Raske on tunnis kuulata ja
kaasa mõelda. Pea on uimane.
Pea valutab tihti.



Suitsetaja on rahutu.



Suitsetamise keeld



Loe!

Suitsetamine on inimese tervisele kahjulik. Eriti ohtlik on see lastele. Eestis on keelatud suitsetada alla 18-aastastel noortel ehk ala-ealistel. Mõned inimesed suitsetavad kogu aeg. Nad on sellest sõltuvuses. Mida nooremalt suitsetamist alustatakse, seda rohkem kahjustatakse tervist. Parem on üldse mitte alustada!



Kellel on keelatud suitsetada?

Leia vastus tekstist. Märki lause.

Mitte-suitsetajad



Loe!

Suitsetaja kahjustab enda tervist. Samuti kahjustab ta lähedal-olevaid inimesi. Suitsu-toss võib põhjustada mitte-suitsetajal: kipitust silmades, ninas või kurgus; peavalu; iiveldust; uimasust. Tervemad inimesed on need, kes ei suitseta. Nad jaksavad õppida ja tegeleda hobidega.



Kelle tervist kahjustab suitsetaja?

Leia vastus tekstist. Märki laused (2).

Mida teha, kui keegi sinu lähedal suitsetab?



Loe!

- Palu viisakalt, et ta sinu juures ei suitsetaks. See kahjustab su tervist.
- Ütle viisakalt, et sulle ei meeldi suitsetamine. See kahjustab meie tervist.



- Lahku ruumist. Õues kõnni suitsetajast eemale.





Mõtle ja vasta küsimustele

- Suitsetamine on tervisele kahjulik harjumus. Miks mõned inimesed ikkagi suitsetavad?
- Kas oled viibinud suitsetava inimese lähedal? Mida tundsid?



Kas ma tean?

1. Tutvu suitsu-kehaga: <http://www.suitsukeha.fi/>

Võrdle suitsetaja ja mitte-suitsetaja keha.

- Näo-nahk



Suitsetaja
 Mitte-suitsetaja

Suitsetaja
 Mitte-suitsetaja

• Küüned



- Suitsetaja*
- Mitte-suitsetaja*



- Suitsetaja*
- Mitte-suitsetaja*

• Hambad



- Suitsetaja*
- Mitte-suitsetaja*

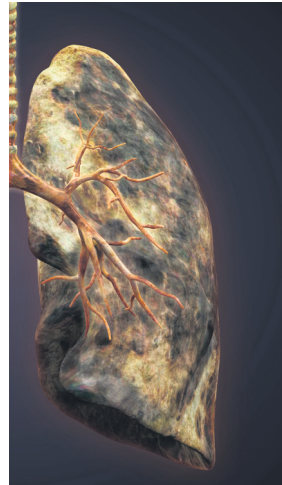


- Suitsetaja*
- Mitte-suitsetaja*

• Kopsud



- Suitsetaja*
- Mitte-suitsetaja*



- Suitsetaja*
- Mitte-suitsetaja*



**2. Mida ütled, kui keegi sulle suitsu pakub?
Märgi sobivad vastused.**

- „Ma ei soovi. Mulle ei meeldi suitsu-hais.
Pärast suitsetamist on suus halb hinge-õhk.“
- „Olgu, ma ühe proovin.“
- „Ma peaksin kohe jalg-palli-trenni minema. Aga võin natuke hilineda. Proovime ühe suitsu.“
- „Ma ei tohi suitsetada. Ma olen ala-ealine.“
- „Ma ei taha suitsu. Minu isa suitsetab palju. Tal on nüüd raske kopsu-haigus.“

3. Vali lünka õige sõna.

- Suitsetamine on inimese tervisele *kasulik / kahjulik*.
- Sõltuvuses inimesed suitsetavad *tihti / harva*.
- Eestis on ala-ealistel *keelatud / lubatud* suitsetada.
- Suitsetaja jaksab teha *rohkem / vähem* sporti kui mitte-suitsetaja.
- Suitsetaja välimus *vananeb / nooreneb* kiiremini kui teistel inimestel.
- Suitsetaja on *rahulik / rahutum* kui mitte-suitsetaja.
- Suitsetajal on kooli-tunnis *kerge / raske* õppida.



Nüüd ma tean!

- Suitsetamine mõjub halvasti minu tervisele ja õppimisele.
- Suitsetaja lähedal on kahjulik viibida.
- Suitsetamine tekitab kergesti sõltuvust.
- Suitsetamine on keelatud alla 18-aastastel noortel ehk ala-ealistel.

Kasutatud allikad:

- <http://www.tubakainfo.ee/miks-suitsetamisest-loobuda/suitsetamise-moju-tervisele/>
- <http://terviseinfo.ee/et/valdkonnad/tubakas>

2.4. Kahjulikud harjumused – alkohol



Vaata ja loe!



Kuula ka digi-õpikust!



Peeter, kas sa oled näinud purjus inimest?



Olen ikka. Üks-kord nägin pargi-pingil kahte meest. Neil oli viina-pudel kõrval. Nad rääkisid midagi väga kõva häälega. Aga nende jutust ei olnud midagi aru saada.



Mina kõndisin eile koolist koju ja nägin ka purjus meest. Ta ei suutnud tänaval sirgelt kõndida. Muud-kui tuigerdas tee peal. Lisaks karjus ta rumalaid sõnu. Ma hakkasin kohe nii kartma. Jooksin ruttu teisele poole teed.

Kuidas kirjeldavad Peeter ja Maria purjus inimest?

Purjus inimene



Loe!

Alkoholi mõjul tekib **alkoholi-joove**. See tähendab, et inimene jääb purju.

Purjus inimene ei kontrolli enda keha ja käitumist.

Ta ei suuda:

- sirgelt kõndida,
- püsti seista,
- aru-saadavalt rääkida,
- juttu meelde jätta.



Purjus inimese käitumine võib ootamatult muutuda.

Ta võib olla sõbralik, kuid järsku väga kuri.

Alkohol on keha jaoks mürk. Kui inimene joob suures koguses alkoholi, võib ta saada **alkoholi-mürgistuse**.

Keha tahab alkoholist vabaneda. Inimesel hakkab väga halb ja ta hakkab oksendama. Vahel võib purjus inimene teadvuse kaotada.



Alkoholi-mürgistus võib ajada oksendama

Alkoholi halb mõju õppimisele



Loe!

Noore inimese aju areneb pidevalt. Alkoholi joomine aga kahjustab aju arengut. See muudab õppimise raskemaks:

- ei suuda õppimisele keskenduda,
- uusi teadmisi on raske meelde jätta.



Alkoholist sõltuvuses inimene tunneb tihti vajadust seda juua

Sõltuvuses inimene mõtleb pidevalt alkoholist. Ta tunneb tihti vajadust seda juua. Nii võib aga väheneda soov õppida ja oma hobidega tegeleda.

Mida teeb alkoholi joomine noore inimese ajule?

Leia vastus tekstist.

Märgi lause.

Alkoholi joomise keeld



Loe!



Alkoholi joomine on eba-tervislik harjumus. Nii nagu suitsetamine, kahjustab ka alkoholi joomine tervist. Mida nooremana alustada, seda suurem oht on jääda alkoholist sõltuvusse.

Eestis on keelatud alkoholi juua alla 18-aastastel noortel. See aitab hoida noorte tervist. Parem on alkoholi joomisest hoiduda. Nii oled ka teistele eeskujuks!

Kellel on keelatud alkoholi juua?

Leia vastus tekstist.

Märgi lause.



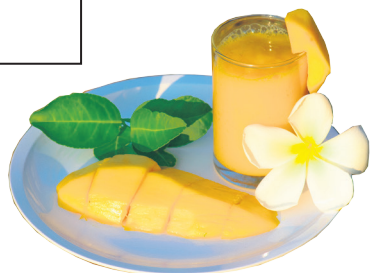
Mõtle ja vasta küsimustele

- Kas sa oled näinud alkoholi-joobes inimest? Kuidas ta käitus?
- Miks on sõltuvuses inimesel raske tegeleda õppimise ja hobidega?



Kas ma tean?

1. Mis on lapsele lubatud? Märki sobivad pildid.



Smuuti



Vein



Apelsini-mahl



Suitsud



Koogi-tükk



Õlu



Kakao



Tee



Viin



**2. Mida ütled, kui keegi sulle alkoholi pakub?
Märgi sobivad vastused.**

- „Ma ei tohi juua. Ma olen ala-ealine. Alkohool on mulle keelatud.“
- „Proovime!“
- „Mulle ei meeldi alkohol.“
- „Ei! Alkohol on meie tervisele kahjulik. Tule, lähme parem kinno!“
- „Ma peaksin tegelikult koju õppima minema. Aga olgu, proovin mõne lonksu.“

3. Kas lause on õige või vale? Vali.

- Alkoholi joomine kahjustab tervist. *Õige / Vale*
- Alkoholist sõltuvuses inimene mõtleb rohkem alkoholile kui õppimisele. *Õige / Vale*
- Mida nooremana alustada alkoholi joomist, seda väiksem oht on jääda sõltuvusse. *Õige / Vale*
- Purjus inimesel on raske sirgelt kõndida. *Õige / Vale*
- Alkoholi joomine mõjub aju arengule hästi. *Õige / Vale*
- Eestis on lubatud 13-aastaselt lapsel alkoholi juua. *Õige / Vale*



Nüüd ma tean!

Kui inimene ei joo alkoholi ega suitseta, siis...

- ta on tervem,
- tal on rohkem energiat,
- ta suudab paremini õppida,
- ta on teistele eeskujuks,
- ta elab kauem.

2.5. Tervislik toitumine



Vaata ja loe!



Kuula ka digi-õpikust!



Maria, lähme pärast tunde McDonalds'isse.



Mul on raha otsas.



Tule ikka. Mul on raha. Ma maksan sinu eest!



See ei ole hea mõte. Tule parem mulle külla. Mul on banaane ja maasikaid. Me võime smuutit teha.



Miks sa burgeri asemel smuutit tahad?

Kumb laps eelistab tervislikku toitu?

Toit



Loe!

Inimene ei saa olla kaua ilma toidu ja veeta. Toidust saame elamiseks vajalikud ained ja energia.

Me toitume **loomsetest** toidu-ainetest ja **taimsetest** toidu-ainetest.



Loomsed toidu-ained



Taimsed toidu-ained

Millest me toitume?
Leia vastus tekstist.
Märgi lause.

1. Kirjuta sõnad õigesse tulpa.

leib, kala, maasika-moos, hapu-kurk, sink, suitsu-vorst, apelsini-mahl, šašlõkk, porgandi-salat, suitsu-kana

LOOMSED TOIDU-AINED	TAIMSED TOIDU-AINED

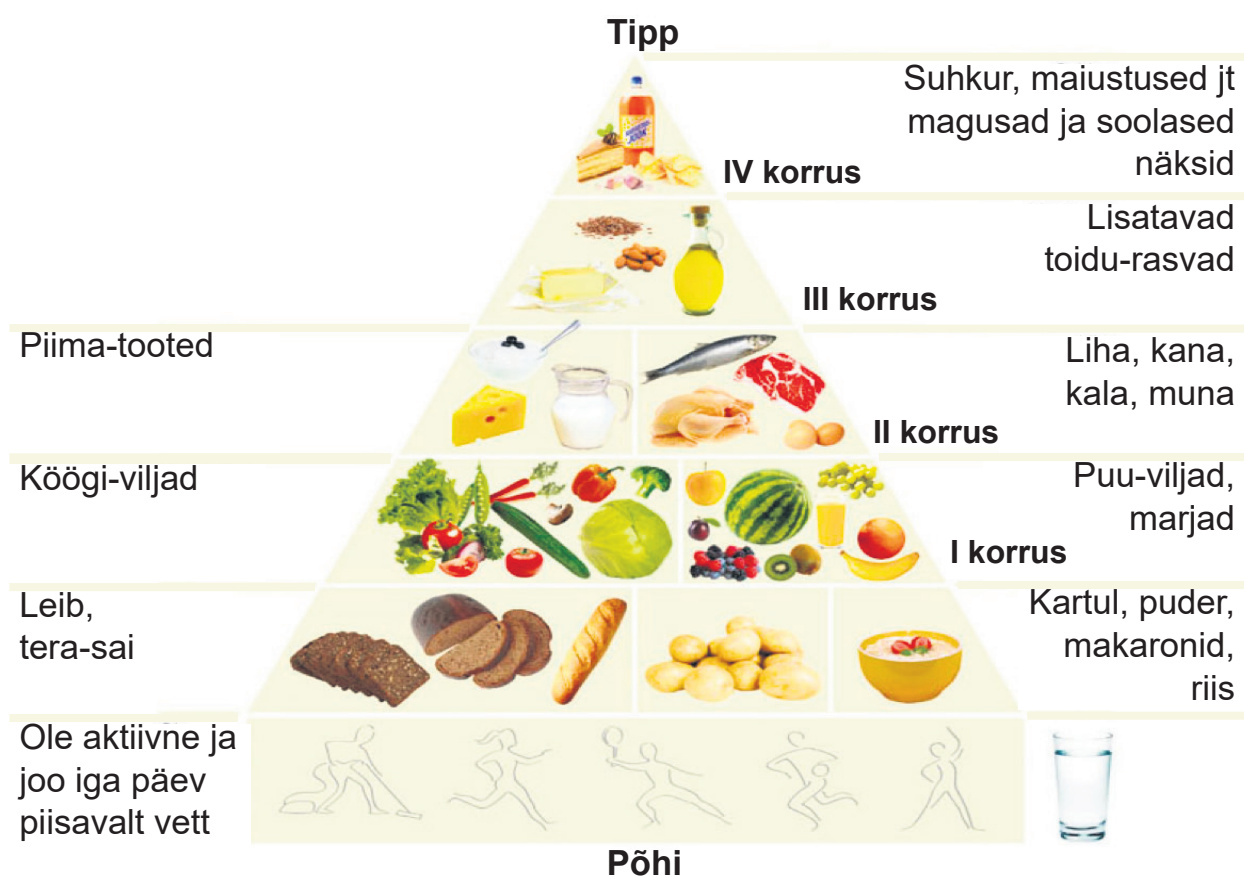
Toidu-püramiid



Loe!

Toidu-püramiid näitab meile, kuidas iga päev tervislikult toituda.

- Püramiidi alumises osas on need toidud, mida peaksime iga päev kõige rohkem sööma.
- Püramiidi keskmises osas on need toidud, mida peaksime sööma väiksemates kogustes.
- Püramiidi tipus on need toidud, mida peaksime sööma väga vähe või üldse mitte.





Homniku-söök



Loe!

Päevas võiks olla kolm põhi-toidu-korda: hommiku-söök, lõuna-söök ja õhtu-söök. Tervislik hommiku-söök on väga tähtis. See annab algavaks päevaks jõudu.

Hommikuks sobivad hästi puder, muna, müsli, marjad, piim, smuuti ja või-leib.

Miks on hommiku-söök väga tähtis?

Leia vastus tekstist.

Märgi lause.

Lõuna-söök ja õhtu-söök



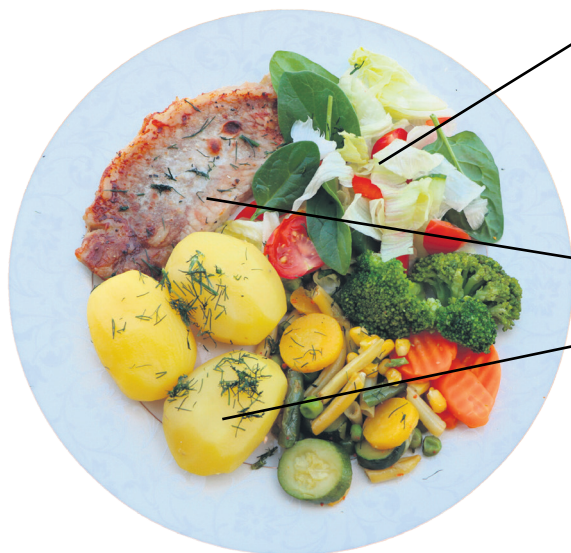
Loe!

Tervislik on süüa ka lõuna-sööki ja õhtu-sööki.

Taldriku-reegel aitab panna kokku tervislikku toidu-korda.

Selle reegli järgi on toidu-ainete kogused taldrikul õiged.

Prae-taldrikul peaks olema ka vähemalt 5 erinevat värvi toitu.



Salat – poole taldrikul olevast toidust peavad moodustama salatid või köögi-viljad.

Põhi-toit – kana, kala või liha.

Lisand – riis, kartul, tatar või makaronid.

2. Mis värvi toidud on taldrikul? Märki sõnad.



- Punane
- Kollane
- Hele-pruun
- Sinine
- Roheline
- Valge
- Lilla
- Oranž

Mitu värvi kokku said? Kirjuta number.

Vahe-palad



Loe!

Põhi-toidu-kordade vahel võib kõht tühjaks minna.

Sind aitavad **väikesed näksid**.

Need vahe-palad peaksid olema tervislikud. Eelista puu-vilju, juur-vilju, marju, pähkleid, smuutit või müsli-batooni.

Näksiks ei sobi kartuli-krõpsud, kommid ega saiakesed.

Millised toidud sobivad vahe-palaks?

Leia vastus tekstist.

Märgi sõnad (6).

3. Vaata ja nimeta, mis on piltidel.

Kummal pildil on tervislikud vahe-palad? Märgi õige vastus.



Tervislikud vahe-palad

Eba-tervislikud vahe-palad



Tervislikud vahe-palad

Eba-tervislikud vahe-palad

Värsked viljad



Loe!

Iga päev peab sööma värskeid puu-vilju, köögi-vilju ja marju. Hea, kui need on erinevad ja värvilised. Viljad annavad meie kehale palju olulisi aineid. Me vajame neid, et olla terved ja tugevad.

Iga päev peab sööma vähemalt 5 peo-täit puu-vilju, köögi-vilju ja marju. Vilju on hea lisada nii põhi-toidu-kordadele kui ka vahe-paladele.



5 peo-täit puu-vilju, köögi-vilju ja marju

Mitu peo-täit värskeid vilju tuleb iga päev süüa?

Leia vastus tekstist.

Märgi lause.

Maiustused



Loe!

Magusad toidud ja joogid asuvad toidu-püramiidi tipus. Neid ei ole vaja süüa ja juua iga päev. Maiustused ei tee sulle halba, kui sööd neid harva. Kui sa sööd tihti maiustusi, siis võivad sinu hambad katki minna ja keha-kaal tõusta.

Sinu toidu-korrad peavad olema tervislikud. Samuti pead sa hoolitsema iga päev oma hammaste eest ja aktiivselt liikuma.



Hammaste pesemine

Mis juhtub, kui süüa tihti maiustusi?

Leia vastus tekstist. Märki lause.

4. Millised toidud on maiustused? Märki õiged sõnad.

Maiustused on:

- jäätis
- leib
- juust
- šokolaadi-kook
- keefir
- vahvel
- pulga-komm
- viinerid
- küpsis

Vesi



Loe!

Limonaadid ja mahlad on magusad joogid.
Nende jookide sees on suhkur.
Magusaid jooke võib juua harva.
Need mõjuvad halvasti hammastele
ja kehale.
Janu kustutab kõige paremini vesi.
Vett peab jooma iga päev.



Suhkur jookides

Milline jook kustutab kõige paremini janu?

Leia vastus tekstist. Märgi sõna.

5. Täida lüngad teksti põhjal.

Limonaadi ja mahla sees on (*mis?*)

Magusad joogid mõjuvad halvasti (*millele?*) ja

.....

Tervisele on kõige parem jook (*mis?*)

6. Milliseid jooke võib juua harva, milliseid iga päev?

Kirjuta sõnad õigesse tulpa.

*vesi, Coca-Cola, õuna-mahl, piim,
limonaad Kelluke, Fanta, keefir, tee*

HARVA	IGA PÄEV

Kiir-toit



Loe!

Kiir-toitu müüakse paljudes kohtades. See on kergesti kätte-saadav ja odav. Kiir-toidud on näiteks hamburgerid, friikartulid, *hot dog*'id ja pitsad. Need toidud ei ole tervislikud. Kiir-toitudes ei ole tavaliselt meile kasulikke aineid. Lisaks on nendes palju rasva, mis tõstab keha-kaalu.



Kiir-toidu koht

Miks on kiir-toit eba-tervislik?

Leia vastus tekstist.

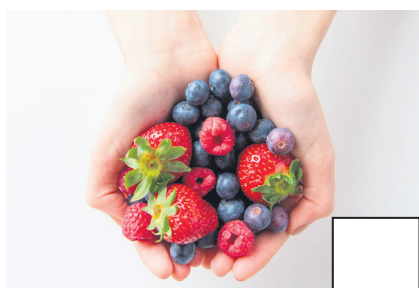
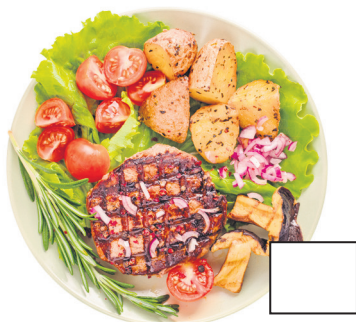
Märgi laused (2).

Mis juhtub, kui sööme tihti ebatervislikku toitu? Loe!

- Meie keha-kaal tõuseb.
- Me jääme kergemini haigeks.
- Hambad valutavad, hammastesse tulevad augud.
- Oleme uimased ja väsinud.
- Me ei jõua piisavalt liikuda.
- Me ei jaksa trenni teha.
- Me ei suuda õppida.

7. Kumb on tervislikum?

Märgi pildid. Põhjenda oma valikut suuliselt.



Nüüd ma tean!

- Päeva alustan tervisliku hommiku-söögiga.
- Lõuna-söögi ja õhtu-söögi valin taldriku-reegli järgi.
- Söön iga päev puu- ja juur-vilju.
- Olen aktiivne – liigun palju.
- Kustutan janu veega.

Kasutatud allikas: www.toitumine.ee

2.6. Esma-abi – külmetus



Vaata ja loe!



Kuula ka digi-õpikust!

Telefoni-kõne.



Tere, Maria! Palun ütle õpetajale edasi, et ma täna kooli ei tule. Olen haigeks jäänud. Mul on nohu ja palavik.



Tere, Peeter! Kahju kuulda. Kas sa tead, mida külmetuse korral ette võtta?



Ema ütles, et pean voodis puhkama ja palju vett jooma. Ta lubas turult tuua ka värskaid puu-vilju. Neist saan ma kasulikke vitamiine. Kui enese-tunne läheb halvemaks, siis lähen emaga pere-arsti juurde.



Loodan, et saad varsti kooli tulla. Kiiret paranemist!

Mida teeb Peeter haiguse korral?

Külmetus



Loe!

Kui oleme haiged, siis tunneme end halvasti.

Külmetusega võivad meid vaevata:



kõha



pea-valu



kurgu-valu



palavik



nohu

Haigena ei tohi kooli minna. Peame ennast kodus terveks ravima. Muidu püsib haigus meiega kaua. Lisaks nakatame ka teisi inimesi haigusega.

Miks ei tohi haigena kooli minna?

Leia vastus tekstist.

Märgi tekstis laused.

Kuidas ennast kodus ravida?



Vaata pilte ja loe!



Puhka.
Nii jaksab keha haigusega võidelda.



Joo palju vett.



Kraadi ennast kraadi-klaasiga.
Nii saad teada, kas sul on palavik.
Kui keha-temperatuur on 37 kraadi
või kõrgem, siis on sul palavik.

Kui sul ei ole palavikku

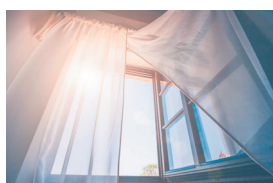


Joo teed.

Lisa tee sisse mett ja sidrunit.



Söö sidrunit ja teisi
värskeid puuvilju.



Tuuluta oma tuba.

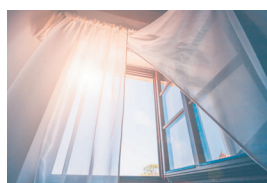
Kui sul on palavik



Ära joo teed.



Söö sidrunit ja teisi
värskeid puuvilju.



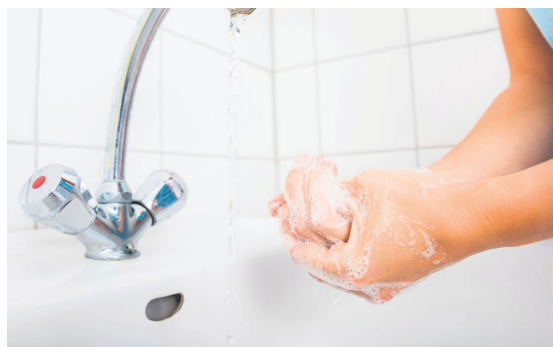
Tuuluta oma tuba.

Mida saad teha, et külmetust ära hoida?



Vaata pilte ja loe!

- Pese hoolikalt käsi (eriti enne söömist ja pärast tualetis käimist).
- Riietu vastavalt ilmale.
- Liigu palju õues.
- Söö iga päev värskaid marju, puu-vilju ja juur-vilju.





Mõtle ja vasta küsimustele

- Milliseid külmetus-haigusi oled sina põdenud?
- Kuidas sa ennast ravid?



Kas ma tean?

1. Kas lause on õige või vale? Märki vastus.

- Kui olen haige, siis tunnen end hästi. *Õige / Vale*
- Külmetusega vaevab mind nohu, köha või kurgu-valu. *Õige / Vale*
- Ma saan terveks, kui lähen haigusega kooli. *Õige / Vale*
- Külmetust saab kodus ravida. *Õige / Vale*
- Kui olen haige, pean palju voodis puhkama. *Õige / Vale*
- Kui olen haige, hoian oma toa aknad kinni. *Õige / Vale*
- Söön ainult kommi ja joon limonaadi. *Õige / Vale*
- Söön värsket toitu ja liigun palju värskes õhus – see aitab terve püsida. *Õige / Vale*

Paranda valed vastused suuliselt.



Nüüd ma tean!

- Külmetuse korral ravin ennast kodus.
- Kui olen haige, siis ma kooli ei lähe. Ma ei taha nakatada terveid lapsi haigusega.
- Teatan kooli, et olen haige.
- Kui kodus terveks ei saa, tuleb minna pere-arsti juurde.

2.7. Esma-abi – vigastused



Vaata ja loe!



Kuula ka digi-õpikust!



Eile käisin pärast kooli Liisal külas. Tahtsime hakata koos filmi vaatama. Liisa tegi meile pitsat.



Liisa teeb tihti ise kodus süüa. Ma olen kuulnud, et tal tuleb see hästi välja.



Jah, Liisa oskab süüa valmistada. Aga õnnetusi võib ka oskajatel juhtuda. Ta lõi endale noaga sõrme. Verd tuli kohe päris palju. Õnneks Liisa juba teadis, mida teha. Ta hoidis sõrme külma vee all. Liisal on köögis väike esma-abi-kapp. Võtsime sealt sideme ja sidusime sellega haava kinni.



Paha lugu! Aga öeldakse ju ikka: „Õnnetus ei hüüa tülles!“

Mida ütleb Peeter õnnetuste kohta?

Esma-abi



Loe!

Õnnetused võivad juhtuda igal pool, kus me viibime. Õnnetused juhtuvad tavaliselt ootamatult. Esma-abi on esimene abi, mida antakse vigastatud inimesele. Kui sa näed abi-vajajat, siis aita alati! Kui sa ise aidata ei saa, kutsu täis-kasvanu. Koolis saad kutsuda õpetaja või kooli-arsti.

Mis on esma-abi?

Märgi lause.

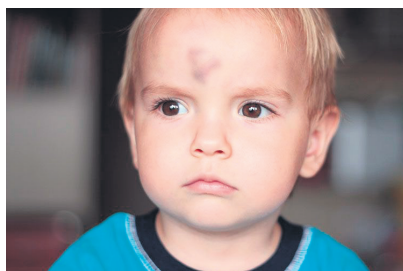


Kas ma tean?

1. Mis vigastused on piltidel?

Kirjuta pildi alla õige sõna.

marrastus, nina-vere-jooks, luu-murd, muhk, haav, põletus



2. Vaata pilte. Mis juhtus Peetriga?

Märgi õiged vastused.



- Peeter jooksis trepil. Ta kukkus.
- Peeter valas keevat vett kruusi.
Ta kõrvetas oma kätt.
- Peeter valmistas või-leiba.
Ta lõikas noaga sõrme.



- Peeter jooksis trepil. Ta kukkus.
- Peeter valas keevat vett kruusi.
Ta kõrvetas oma kätt.
- Peeter valmistas või-leiba.
Ta lõikas noaga sõrme.



- Peeter jooksis trepil. Ta kukkus.
- Peeter valas keevat vett kruusi.
Ta kõrvetas oma kätt.
- Peeter valmistas või-leiba.
Ta lõikas noaga sõrme.

Esma-abi-kapp



Loe!

Igas koolis on esma-abi-kapp. Sellest kapist saab esma-abi andmiseks vajalikud vahendid.

Esma-abi-kapp asub tavaliselt arsti kabinetis.

Esma-abi-kappi kuuluvad:

- plaastrid



- haava-side
- marli



- käärid



- kaitse-kindad



- külma-kompress



3. Vasta küsimustele.

Kus asub teie koolis arsti kabinet?

.....
.....

Kus asub teie koolis esma-abi-kapp?

.....
.....

Mis vahendid on teie esma-abi-kapis?

.....
.....



Mõtle ja vasta küsimustele

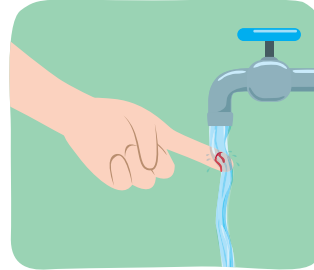
- Kas sa oled näinud õnnetust koolis? Millist?
- Kas oled ise koolis õnnetusse sattunud? Millisesse?

4. Praktiline töö.

Loe. Harjuta esma-abi andmist.

• Noa-haav sõrmes.

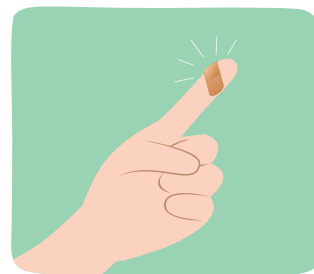
1. Pane haav külma vee alla.



2. Puhasta haav vahendiga.



3. Pane haavale plaaster.



• Marrastus küünarnukil.

1. Pese marrastus külma vee all.
2. Puhasta marrastus vahendiga.
3. Aseta marrastusele külma-kott.
4. Seo marrastus sidemega kinni.



Nüüd ma tean!

- Õnnetused juhtuvad tavaliselt ootamatult.
- Esma-abi on esimene abi, mida antakse vigastatud inimesele.
- Kui sa näed abi-vajajat, siis aita alati!

2.8. Kordamine



Vaata ja loe!



Kuula ka digi-õpikust!



Rääkisin vana-emaga, mida me koolis tervislike elu-viiside kohta õppisime. Ta ütles mulle väga targa lause. See lause on rist-sõna vastuseks.

1. Lahenda rist-sõna.

1. Kehalise kasvatuse tunnis ja trennis saab teha (*mida?*) ...
(1. peatükk)
2. (*Mis?*) ... on eba-tervislik harjumus.
See tekitab kergesti sõltuvust. (3. peatükk)
3. Limonaadides ja mahlades on palju (*mida?*)
See mõjub halvasti meie hammastele. (5. peatükk)
4. (*Mis?*) ... on kõige parem jook janu kustutamiseks.
5. (*Mille?*) ...-reegel aitab kokku panna tervislikku toidu-korda.
6. Liigu palju ... õhus! (6. peatükk)

1.												
2.												
3.												
4.												
5.												
6.												

..... on kõige kallim vara.

2. Mis on meie tervisele kasulik? Mis kahjulik?

Kirjuta sõnad õigesse tulpa.

*hammaste pesemine, suitsetamine, õnnetused,
rõõmus meel, hamburger ja frii-kartulid, värske õhk,
head suhted sõpradega, puu- ja juur-viljad,
kommide söömine, pidev arvuti-mängude mängimine,
magamine, haigused*

MEIE TERVISELE ON KASULIK	MEIE TERVISELE ON KAHJULIK

3. Mis aitab meil õppida? Märki sobivad laused.

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Väsimus. | <input type="checkbox"/> Küürus istumine. |
| <input type="checkbox"/> Puhanud pea ja keha. | <input type="checkbox"/> Rõõmus meel. |
| <input type="checkbox"/> Tühi kõht. | <input type="checkbox"/> Kurb meel. |
| <input type="checkbox"/> Täis kõht. | <input type="checkbox"/> Kodused tööd tehtud. |
| <input type="checkbox"/> Sirge rüht. | <input type="checkbox"/> Kodused tööd tegemata. |

Räägi kaaslasele, mis neist käib praegu sinu kohta.

3.1. Minu pere



Vaata ja loe!



Kuula ka digi-õpikust!



Meil käisid nädala-vahetusel külas vana-ema ja vana-isa. Ema valmistas selleks puhuks väga maitstva koogi. Mina ja õde saime lauda katta. Isa pesi nõud. Vana-ema ja vana-isaga saime puslesid kokku panna ja niisama juttu ajada. Nii tore oli neid üle pika aja näha!



Vahva, kui sul on nii palju lähedasi sugulasi! Meie elame emaga kahekesi. Me veedame palju vaba aega koos. Meile on seltsiks ka koer Lotte. Tavaliselt käib vana-ema meil külas pühade ajal.

Kes on Peetri sugulased?

Kes on Maria sugulased?

Perekond ja sugulased



Loe!

Perekond moodustub kõige lähematest inimestest.

Tavaliselt on pere-liikmeteks lähi-sugulased. Sinu lähi-sugulased on sinu ema, isa, õde, vend, vana-ema ja vana-isa.

Pered võivad olla suured ja väikesed. Mõnes peres on rohkem liikmeid, teises peres vähem. Alati ei ole nii, et peres on olemas ema ja isa. Pered on erinevad.

Kui lapse eest ei hoolitse tema vanemad, siis kasvab see laps asendus-kodus. See on tema kodu. Kasvataja ja teised asendus-kodu-lapsed on tema pere.

Perekond on õnnelik, kui pere-liikmed hoolivad üks-teisest.

Kes on inimesele lähi-sugulased?

Märgi lause.

Erinevad pered

Vaata pilte. Kes on peres?



Pere-liikmed aitavad üks-teist



Loe!

Perekonnas ei saa iga-üks ainult enda peale mõelda. Tuleb arvestada kõikide pere-liikmetega. Selle jaoks on hea pere-liikmetega kõik läbi arutada. Samuti tuleb kokku-lepetest kinni pidada.

Igal pere-liikmel on peres oma kohustused täita. Nii saab üks-teist peres toetada.

Pere-liikmed koristavad kodu, pesevad nõusid, käivad poes, teevad süüa, hoolitsevad kodu-loomade eest.

On aus, kui iga-üks peres teeb koduseid töid.

Kes peab peres kohustusi täitma?

Märgi lause.



Iga-ühel peres on oma ülesanne



Mõtle ja vasta küsimustele

- Mitu liiget on sinu perekonnas?
- Kes on sinu lähi-sugulased?
- Kuidas perekond sind toetab?
- Mis ülesanne on sinul oma perekonnas?
- Kui sul perekonda ei oleks, mida sa siis tunneksid?



Kas ma tean?

- 1. Kes on sugulased? Kes on tuttavad?**
Kirjuta sõnad tabelisse.

*ema, naaber, õpetaja, isa, õde, vend, sõber,
vana-ema, söökla-tädi, pere-arst*

SUGULASED	TUTTAVAD

2. Kelle ülesanne on teha neid töid sinu peres?

Täida lüngad.

- ülesanne on koristada tuba.
- ülesanne on pesta pesu.
- ülesanne on valmistada süüa.
- ülesanne on katta laud.
- ülesanne on pesta nõusid.
- ülesanne on viia prügi välja.
- ülesanne on niita muru.

3. Mis juhtuks, kui keegi perekonnast koduseid töid ei teeks?

Mõtle ja räägi kaaslasega.



Nüüd ma tean!

- Inimese lähi-sugulased on ema, isa, vana-ema, vana-isa, õde ja vend.
- Pered võivad olla erinevad.
- Perekonna jaoks on oluline iga liige.
- Peres tuleb arvestada kõikide liikmetega ja üks-teist toetada.

3.2. Muutused pere elus – lapse sünd



Vaata ja loe!



Kuula ka digi-õpikust!



Ma vaatasin eile telekast saadet kümne lapsega perest. Mul tuli ka õe või venna igatsus. Ütlesin seda emale. Aga ema vastas, et mina olen talle juba niigi mitme lapse eest. Sina pead küll õnnelik olema, et sul õde on.



Mõni-kord olen. Aga enamasti on ta väga tüütu. Siis ma mõtlen, et oleks õe asemel hoopis vend. Saaksime meeste juttu ajada ja midagi huvitavat koos teha.



Mul on küll üks-kõik, kas õde või vend. Koos oleks palju lõbusam. Üksinda on ikka sageli kurb.

Kellest Maria unistab?

Perekondade erinevus



Loe!

Perekonnad on erinevad. Mõnes perekonnas on üks laps, teises perekonnas mitu last.

Eesti kõige laste-rikkamas peres kasvab 18 last.



Mõttele ja vasta küsimusele

- Mille poolest perekonnad erinevad?

Beebi tuleb koju



Loe!

Emma tuleb beebiga sünnitus-majast koju. Kogu pere elu muutub. Väikese ilma-kodaniku eest on vaja rohkem hoolitseda. Nüüd saavad suur õde ja suur vend emale ja isale abiks olla.

Vana-ema ja vana-isa tulevad titat vaatama. Nad tahavad ka oma lapse-lapsega tuttavaks saada. Kõik on õnnelikud.

Kes saavad emale ja isale abiks olla?

Märgi lause.



Õde ja vend tervitavad titat

Imik vajab palju hoolt



Loe!

Imik vajab palju hoolt. Tal on kindlad söögi-korrad. Mähkmeid tuleb mitu korda päevas vahetada.

Oma vajadustest annab beebi märku nutuga. Kui tita magab, tuleb ka teistel lastel vaikselt olla. Imik vajab, et ema või isa oleks tema lähedal.

**Keda vajab beebi kogu aja enda lähedale?
Märgi lause.**



Vahetame mähkmeid



Jalutame titaga



Mõtle ja vasta küsimustele

- Mitu last on sinu perekonnas?
- Mitmes laps sina oled?
- Mitu venda ja õde sul on?
- Kas sa oled beebit näinud?
- Kus sa nägid beebit?
- Mida beebi tegi?
- Kas beebi meeldis sulle?



Kas ma tean?

Tütar ja poeg, õde ja vend

1. Loe. Vali lausesse õige sõna.

- Perre sündis tüdruk. Ema ja isa said *tütre / poja* võrra rikkamaks. Lapsed said endale väikese *õe / venna*.
- Perre sündis poiss. Ema ja isa said *tütre / poja* võrra rikkamaks. Lapsed said endale väikese *õe / venna*.

2. Kodus on beebi. Kuidas sa saad aidata?

Räägi piltide abil.



Kuidas sa veel aidata saad?

3. Mis sulle meeldib? Märki.

- Käin beebiga jalutamas.
- Tita nutab päeval ja öösel.
- Olen tasa, kui imik magab.
- Külalised käivad titat vaatamas.
- Suur osa ema ajast kuulub imikule.
- Olen beebi juures, kui ema on köögis.
- Sõbrad saavad vähem aega minu juures külas olla.
- Toidan titat luti-pudelist.
- Hoian titat süles.
- Vahetan mähkmeid.
- Vestlen beebiga pudi-keeles.
- Mängin titaga.



Nüüd ma tean!

- Väike õde või vend toob perekonna ellu suuri muutusi.
- Pere suuremad lapsed saavad ema ja isa aidata.

3.3. Muutused pere elus – pere-liikmete lahkumine



Vaata ja loe!



Kuula ka digi-õpikust!



Ma ei tule reedel kooli.



Miks?



Mul on vana-isa surnud ja reedel on matused.



Kui kahju! Avaldan sulle kaastunnet.



Aitäh. Ma ei tahaks täna ka koolis olla. Mõtlen pidevalt vana-isa peale. Vana-isa oli kogu aja olemas. Ja nüüd äkki ei ole. Me ei saagi enam koos midagi teha. Nii kurb on. Nutt tahab peale tulla. Helistan emale ja ütlen, et ma ikka ei suuda täna koolis olla. Ehk ta lubab mul koju tagasi minna.



Kui sa tunned, et kodus on sul täna parem olla, siis helista muidugi.

Miks Peeter arvab, et ta täna koolis olla ei saa?

Kurvad päevad pere elus



Loe!

Kahjuks on pere elus ka kurbi päevi. Mõni perekonna-liige on haige. Haigused võivad tabada kõiki: lapsi, noori, vanu. Haigus võib nii raske olla, et seda tuleb lausa haiglas ravida. Tavaliselt oskavad arstid haigusest võitu saada ja haige paraneb. Mõni-kord aga juhtub, et haigus on inimesest tugevam.

Vahel võivad inimesed sattuda nii raskesse õnnetusse, et arstid enam aidata ei suuda.

Inimene **sureb**. Me ütleme, et ta lahkus meie hulgast. Siis muutub äkki kogu pere elu. Päevad on täis suurt kurbust ja **leina**.



Mõtle ja räägi kaaslasega

- Mis juhtub siis, kui haigus on inimesest tugevam?
- Mis juhtub siis, kui arstid inimest enam aidata ei suuda?

Matused



Loe!

Kui keegi pere-liikmetest sureb, on see perele väga kurb. Terve pere **leinab**. Nutmine ja pisarad on loomulik. Oma leina ei ole vaja häbeneda. Viimane hüvasti-jätt lahkunuga toimub matustel.



Mõtle ja räägi kaaslasega

- Missugune on leina ajal pere-liikmete meele-olu?



Leina-küünal

Matused on pidulik kurb sündmus.

Ära-saatmis-ruumi keskel on lilledega ehitud kirst.

Kirstus lamab meile kallis inimene. Tema ümber seisavad pidulikus riides **leinajad**. Küünlad põlevad, mängib **leina-muusika**.

Leina-muusika on tõsine ja kurb. Kurb on ka kõigi meele-olu.

Paljudel leinajatel on silmis pisarad. Mõeldakse ja räägitakse sellest armsast inimesest, keda rohkem ei näe.

Kellest matustel mõeldakse ja räägitakse?

Märgi lause.



*Lahkunu pere-liikmetele ütleme:
„Avaldan kaas-tunnet!“*



Ära-saatmine leina-majast

Kirst kantakse ära-saatmis-ruumi uksest välja ja viiakse autosse. Järgneb sõit kalmistule. Seal lastakse kirst hauda ja kaetakse mullaga. Hauda-künkale asetatakse lilled ja pärjad. Ümber hauda süüdatakse küünlad. Nüüd on meile kallis inimene oma viimases puhke-paigas.



Viimane puhke-paik

Surnu-aias



Loe!

Surnu-aia kohta ütleme ka kalmistu. Kalmistul on palju haudasid. Haa-platsil on lahkunu nimega plaat või rist. Kalmistul kõnnime rahulikult ja räägime vaikse häälega. Täht-päevadel süütame oma lahkunud pere-liikmete haudadel küünlad.



Küünla-säras kalmistu



Mõtle ja vasta küsimustele

- Kas sina oled kunagi matustel käinud?
- Mida sa matustest mäletad?
- Kas sina oled kalmistul käinud?
- Kelle haul sa käisid?
- Mida sa seal tegid?



Kas ma tean?

1. Kuidas on õige matustel käituda?

Märgi õiged vastused.

- Panen selga spordi-riided.
- Panen selga pidulikud tumedad riided.
- Püüan rääkida leina-muusikast kõvemini.
- Ei räägi üldse või ütlen midagi sosinal.
- Helistan sõpradele ja ütlen, kus olen.
- Lülitan mobiili välja või panen hääletuks.
- Ütlen leinajatele: „Avaldan kaas-tunnet!“

2. Kuidas on õige kalmistul käituda?

Märgi õiged vastused.

- Teeme võidu-jooksu.
- Jalutame ja vestleme rahulikult.
- Süütame küünla oma pere kallite lahkunute haudadel.



Nüüd ma tean!

- Kui perekonnas keegi sureb, siis on terve pere leinas.
- Viimane hüvasti-jätt lahkunuga toimub matustel.
- Kalmistul kõnnime rahulikult ja räägime vaikselt.

3.4. Maa- ja linna-kodu



Vaata ja loe!



Kuula ka digi-õpikust!



Emaja isa arutasid eile, kas maa-vana-ema saaks meie juurde elama tulla. Ta ei saa üksinda enam maal hakkama. Vana-isa on ju surnud. Meie käime maal sageli. Aitame tal aia-töid teha. Vana-ema ei taha linna elama tulla. Ta ütleb, et on koos vana-isaga oma kodu rajanud. Vana-ema ütleb, et kodus on palju mälestusi.



Minu vana-ema elab Tallinnas. Tema kodu on suures korter-majas 8. korrusel. Vana-ema on oma koduga väga rahul. Mulle meeldiks ka vana-ema juures elada. Talvel ei pea ahju kütma, aga on soe. Lift viib kohe vana-ema korteri ukse ette. Vana-ema juures aga ei saa suurt koera pidada.

Kus elab Peetri vanaema?

Kus elab Maria vanaema?

Külas-käigud vana-emade juurde



Loe!

Septembris oli vana-vanemate päev. Nii Maria kui ka Peeter käisid oma vana-emadel külas.

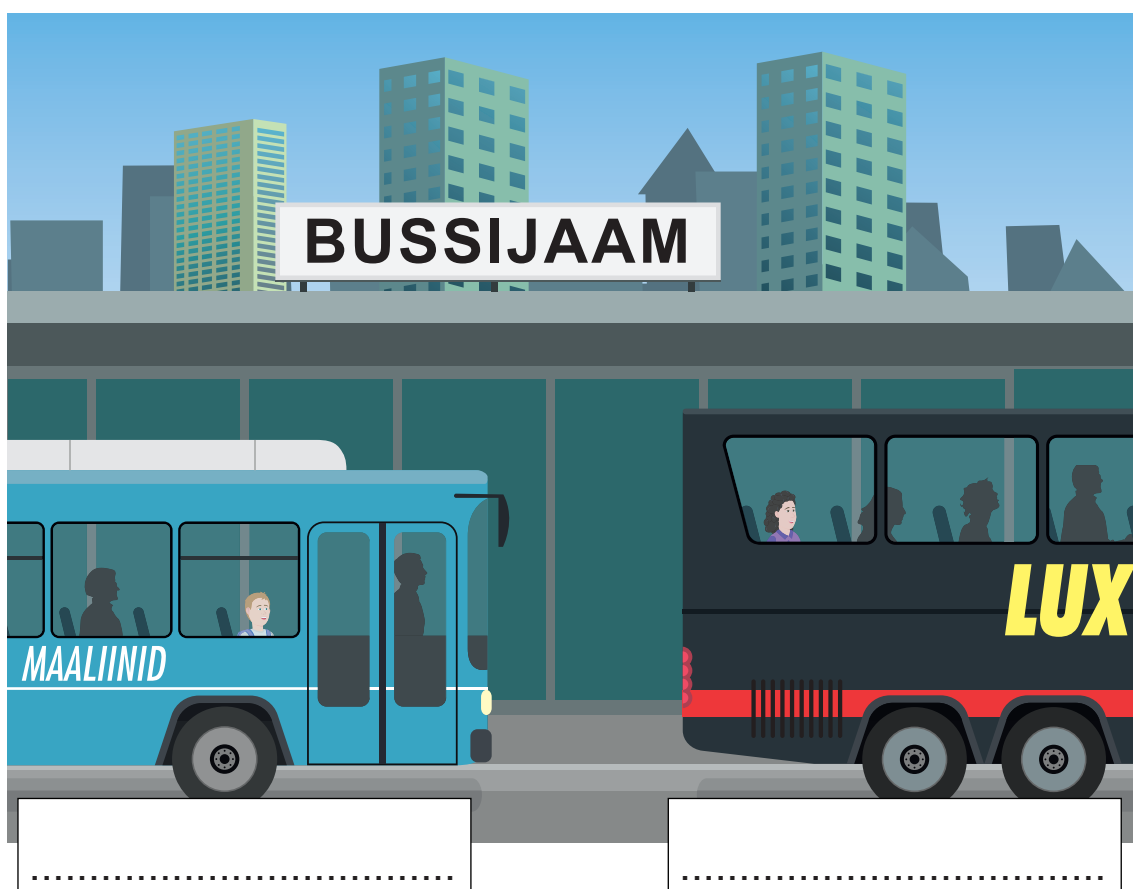
Maria ja ema sõitsid Tallinnasse bussiga. Peetri perekond käib maal tavaliselt autoga. See-kord aga saatsid nad Peetri bussi peale. Edasi sõitis poiss ise-seisvalt.

1. Vasta küsimustele.

Kirjuta pildile lapse nimi.

Kumma bussi peale läks Peeter?

Kumma bussi peale läks Maria?



Maria reisi-muljed

Suures linnas



„Tulime Tallinnas bussi pealt maha. Läksime trammi-peatusesse ja sõitsime trammiga kesk-linna. Pärast pidime veel linna-liini-bussiga edasi sõitma. Arvutasime emaga, et meil läks vana-ema juurde jõudmiseks pea-aegu 5 tundi.“

2. Missuguseid sõidukeid Maria kasutas? Märki.



Vanaema juures

„Nii tore oli jälle vana-ema näha. Varsti tundsi, et on jahe. Vana-ema andis meile suured õla-sallid. Ta ütles, et küte ei ole veel sisse lülitatud. Vana-ema tegi ette-paneku midagi küpsetada, sest elektri-ahi annab ka sooja. Mõtlesime õuna-kooki teha. Vana-ema palus mul poest mõned õunad tuua. Loomulikult mulle see mõte meeldis.“

3. Miks olid vana-ema toad külmad?

Märgi teksti põhjal õige vastus.

- Ahi oli kütmata.
- Radiaatorid olid külmad.

Käisin poes

„Ma ei kujutanud ette, et pood nii suur on. Esi-algu ei leidnud ma puu-viljade osa-konda üles. Pärast seisin veel kassa järje-korras. Jooksin ruttu vana-ema poole tagasi. Ja oh õnnetust! Lifti uksele oli silt: „Lifti-avarii“. Kõndisin trepist üles. Olin väga väsinud. Ema ja vana-ema muretsesid juba, et kuhu ma nii kauaks jäin.“

4. Kirjuta lause ette tegevuste järje-korra-numbrid.

- Maria seisis kassa-järje-korras.
- Lifti uksele oli silt „Lifti-avarii“.
- Maria otsis puu-viljade osa-konda.
- Maria kõndis trepist üles.
- Maria käis suures poes.

Pidulik lõuna-söök

„Kook sai ruttu valmis. Köök läks ka soojemaks. Katsime koos laua ja süütasime küünlad. Nüüd oli vana-ema juures armas ja mõnus olla.“



5. Moodusta sõnadest lause.

armas, ja, juures, mõnus, oli, olla, Vanaema

Kirjuta!

.....

Peetri reisi-muljed

Jõudsin vana-ema juurde



„Seekord sõitsin ma vana-ema poole bussiga. Bussi-peatusest on tema juurde umbes 1 km. Mul on tee nii selge, et ma ei eksi ära. Vana-ema ootas mind.

Ta oli ahju juba hommikul ära kütnud. Toad olid mõnusalt soojad. Vana-ema arvas, et peaks õuna-kooki küpsetama. Käisin aias ja tõin pool korvi õunu. Vana-ema hakkas köögis toimetama.“

6. Missuguseid sõidukeid Peeter kasutas? Märgi.



Aitasin vana-ema

„Koogi küpsemise ajal kandsin mina kuurist puid pliidi juurde. Jälgisin, et ma puid kütte-koldele liiga lähedale ei pane. Ma tean, et ahi-küttega majas peab tulega väga ette-vaatlik olema. Tegin pliidi alla tule.“

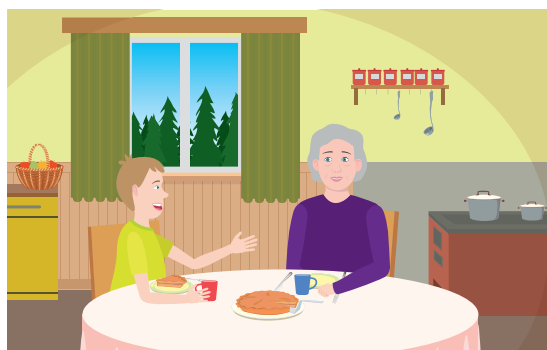
7. Mis töid Peeter tegi?

Märgi teksti põhjal õige vastus.

- Tõi aiast koogi jaoks õunu.
- Kaevas maad.
- Tõi kaevust vett.
- Tõi aja-lehe post-kastist ära.
- Kandis puid pliidi juurde.
- Tegi pliidi alla tule.

Mõnus lõuna-söök

„Tuli praksus pliidi all. Köögis läks päris palavaks. Võtsin lausa pusa seljast ära. Istusime pidulikult kaetud lauda. Toidud olid nii maitsvad. Küll oli vana-emaga hea koos olla! Saime iga-sugustest asjadest rääkida.“



8. Moodusta sõnadest lause.

hea, koos, oli, olla, Vanaemaga

Kirjuta!

.....



Kas ma tean?

9. Kas nii on tavaliselt maal või linnas?

Märgi õigesse tulpa X.

OLUKORD	MAAL	LINNAS
Koogi jaoks saab õunu tuua aiast.		
Koogi jaoks tuleb õunu osta poest.		
Sooja saab ahju kütmisega.		
Sooja saab kesk-kütte radiaatoritest.		
Oma kodu on armas ja kõige parem.		

10. Maria ja Peeter leppisid varem kokku, et teevad oma reisist pilte. Hiljem on neid hea ka sõbrale näidata. Otsusta, kelle tehtud need fotod on. Vali sobiv vastus. Märgi.



- Maria tehtud foto.
- Peetri tehtud foto.
- Raske öelda.



- Maria tehtud foto.
- Peetri tehtud foto.
- Raske öelda.



- Maria tehtud foto.
- Peetri tehtud foto.
- Raske öelda.



- Maria tehtud foto.
- Peetri tehtud foto.
- Raske öelda.



- Maria tehtud foto.
- Peetri tehtud foto.
- Raske öelda.



- Maria tehtud foto.
- Peetri tehtud foto.
- Raske öelda.

11. Peeter pildistas maa-kodude vaateid.
Mis on Peetri fotodel? Märki.

- Talu-majad.
- Korter-majad.
- Suured puud ja palju rohelist.
- Palju sõidukeid.
- Vähe sõidukeid.

12. Maria pildistas linna-kodude vaateid.
Mis on Maria fotodel? Märki.

- Talu-majad.
- Korter-majad.
- Suured puud ja palju rohelist.
- Palju sõidukeid.
- Vähe sõidukeid.



Nüüd ma tean!

- Inimeste kodud asuvad nii linnas kui ka maal.
- Linna-kodud on sageli korter-majades.
- Maa-kodud on tavaliselt taludes või era-majades.
- Kodu on inimesele kõige armsam koht.

3.5. Transpordi-vahendid täna-päeval ja minevikus



Vaata ja loe!



Kuula ka digi-õpikust!



Käisin nädala-vahetusel emaga Tallinnas. Sõitsime sinna rongiga ja tagasi tulime bussiga. Tallinna linnas on väga tihe liiklus. Meie kodu-kohas on palju rahulikum.



Jah, olen samuti pea-linnas käinud. Seal on hoopis huvitavaid sõidu-vahendeid, mida meie tänavatel ei sõida. Need meenutasid natuke ronge, aga mis nende nimi nüüd oligi?



Sa mõtled tramme. Need sõidavad samuti rööbastel nagu rongidki. Me saime trammiga ka sõita. Ja lisaks on seal trollid, mida meie linnas ei ole. Need meenutavad rohkem busse. Eestis ongi need sõidu-vahendid ainult Tallinnas.

Mis sõidukitest Peeter ja Maria räägivad?

Transpordi-vahendid maal, vees ja õhus



Loe!

Transport tähendab kellegi või millegi vedu. Transpordi-vahenditega saab viia kedagi või midagi ühest kohast teise. Need sõidukid võivad sõita nii maa peal, õhus kui ka vees. Sõidu-vahendid on peamiselt reisijate veoks ja kauba-veoks. Maa peal sõidavad auto, buss, rong, tramm, troll ja jalg-ratas.

Mis transpordi-vahendeid sa veel tead?

Kus need sõidavad? Vaata pilte.



Laev



Lennuk



Heli-kopter



Praam

Sõidu-vahendid minevikus



Loe!

Vanal ajal sõitsid inimesed peamiselt hobustega. Siis ei olnud veel mootoriga sõidukeid. Inimesed rakendasid hobuse hobu-vankri ette. Talvel olid teed lumised. Siis rakendasid inimesed hobuse ree või saani ette.



Hobu-vanker



Saan

Ka laevad on väga vanad transpordi-vahendid. Suuri vahe-maid oli hea läbida vee-teede kaudu.

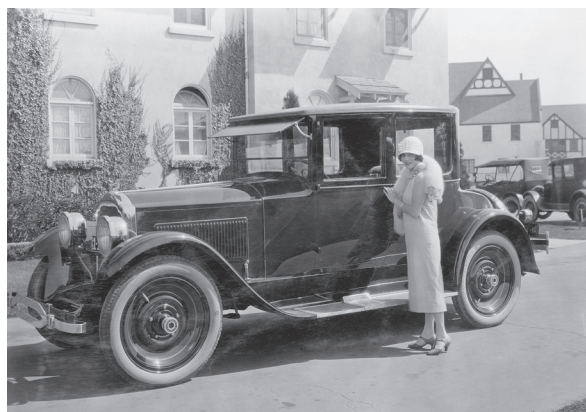
Hiljem hakkas arenema liiklus raud-teedel ja sõidu-teedel. Leiutati esimesed rongid ja autod.



Vana aja laev



Vana aja rong



Vana aja auto Eestis

Kõige nooremad on aga õhu-sõidukid – lennukid ja heli-kopterid.



Vana aja õhu-sõiduk

Täna-päeva sõidukid



Loe!

Täna-päeval liiguvad inimesed ühest kohast teise isiklike sõidukite ja ühis-sõidukitega.

Isiklikud sõidukid on auto, mootor-ratas ja jalg-ratas.

Nendega on mugav sõita, sest saab ise valida sõidu-aega. Kuid auto ja mootor-rattaga sõit on kallim. Nende kütus maksab palju.

Ühis-sõidukid on buss, tramm, troll, rong, lennuk, laev ja praam. Tramm ja troll sõidavad ainult Tallinnas.

Ühis-sõidukitel on kindel sõidu-plaan. Nende sõidukitega sõitmiseks peab ostma tavaliselt pileti. Mõnedes bussides saab nii linnas kui ka maal tasuta sõita.

Lennukite ja laevadega reisivad inimesed peamiselt teistesse riikidesse.

Eestis on palju saari. Saartele sõitmiseks kasutavad inimesed lennukit või praami. Praami peale saab sõita nii bussi, auto kui ka jalg-rattaga. Praam viib inimesed ja sõidukid üle vee.



Mõtle ja vasta küsimustele

- Millise sõidu-vahendiga sina tavaliselt sõidad?
- Kas sa eelistad sõita isikliku sõidukiga või ühis-sõidukiga?
Miks?
- Mis võib juhtuda, kui sõidad bussis ilma piletita?
- Kas oled reisinud välis-maale? Millise sõidukiga sa sinna läksid?



Kas ma tean?

- 1.** Millised on isiklikud sõidukid? Millised on ühis-sõidukid?
Vaata pilte. Märki pildi juurde sobiv vastus.



- Isiklik sõiduk
 Ühis-sõiduk



- Isiklik sõiduk
 Ühis-sõiduk



- Isiklik sõiduk
 Ühis-sõiduk



- Isiklik sõiduk
 Ühis-sõiduk



- Isiklik sõiduk
 Ühis-sõiduk



- Isiklik sõiduk
 Ühis-sõiduk

2. Vaata pilti. Vasta küsimustele.



ARVE / PILET
AS EESTI LIINIRONGID
Vabaduse pst 176, 10917 TALLINN
Reg. nr: 10520953
KMKR nr: EE100523940, CIV



Arve/kviitung nr 0227730322
5. august 2017
13:43:17

ÜHE KORRA SOODUSPILET	1,36 EUR
Lähtepunkt: Põlva	
Sihtpunkt: Tsoon Tartu piirkond	
Kehtivuse algus: 06.08.2017 14:38	
Kehtivuse lõpp: 06.08.2017 15:22	
Rong number: 385	
Kogus: 1	

Summa käibemaksuta	1,13 EUR
Käibemaks 20%	0,23 EUR
Tasutud summa	1,36 EUR

Head reisi!

WWW.ELRON.EE
24 h rongiinfo telefonil 616 0245

AS Eesti Liinirongid
Vabaduse pst 176
10917 TALLINN
Registrikood 10520953

Tel (+372) 673 7400
Faks (+372) 673 7440
E-post: info@elron.ee
www.elron.ee

Arvelduskonto 1120222783
Swedbank



Mis transpordi-vahendi pilet see on?

..... (buss, rong)

Mis kuu-päeval saab selle piletiga sõita?

.....

Kui palju see pilet maksab?

.....

Mis peatuses on selle pileti omanik rongile tulnud?

.....

Kuhu on selle pileti omanik sõitnud?

.....



Nüüd ma tean!

- Transpordi-vahenditega saab viia kedagi või midagi ühest kohast teise.
- Täna-päeval sõidavad inimesed nii isiklike kui ka ühis-sõidukitega.

3.6. Muuseumid



Vaata ja loe!



Kuula ka digi-õpikust!



Mu onu tuli hiljuti kuskilt välis-maalt. Ma ei mäleta, kus ta käis. Aga ta oli seal jõulu-muuseumis käinud. Mõtles, lähed suvel ja näed jõulu-ehteid ja jõulu-vana ja lund. See oleks väga äge.



Mina olen ka ühes ägedas muuseumis käinud. Seal oli vana-aegne klassi-ruum. Ma muud eriti ei mäleta, aga kirjutasime tindi ja hane-sulest tehtud sule-peaga. Oli ikka pusserdamist. Tint tilkus enne igasse kohta, kui paberi peale oma nime kirjutatud sain. Ma enne ei teadnudki, mis asi see tint on.



Peaks klassiga ka kuhugi muuseumi minema.

Mida uut sai Maria muuseumis teada?

Muuseumid



Loe!

Muuseum on koht, kus inimesed saavad tutvuda oma kodu-koha ajaloo. Seal säilivad väärtuslikud esemed ja mälestused. Kõik soovijad saavad muuseume külastada ja õppida oma kodu-kohta paremini tundma.

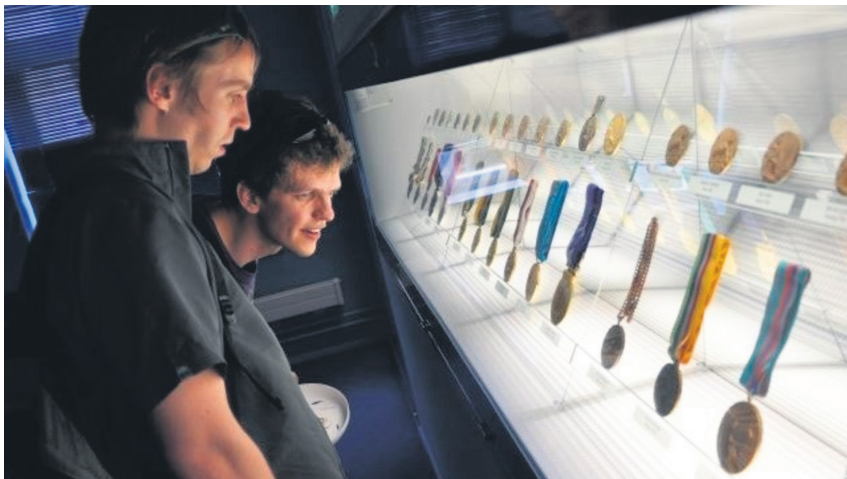
Muuseumid on väga erinevad. Igal muuseumil on kindel teema. Need teemad võivad olla aja-lugu, kunst, loodus, transport, teadus, merendus, mängu-asjad, sport ja paljud teised.

Mis võivad olla muuseumite teemad?

Märgi sõnad (8).



Eesti Maantee-muuseum



Eesti Spordi- ja Olümpia-muuseum

Käitumine muuseumis



Loe!

Muuseumis tuleb järgida tava-pärast head käitumist.

Külastajad uurivad muuseumi näitust rahulikult.

Muuseumi vara tuleb hoida – see tähendab silmadega vaadata ning mitte lõhkuda.

Muuseumi tahavad külastada ka paljud teised inimesed pärast sind.

[Vaata digiõpikust videot!](#)

Mida saab Eesti Maantee-muuseumis vaadata?

Mida saab ise proovida?

Räägi kaaslastega.



Mõtle ja vasta küsimustele

- Mille jaoks on muuseumit tarvis?
- Mis juhtuks, kui muuseumi ei oleks?
- Miks peab iga külastaja muuseumi vara hoidma?
- Milliseid muuseumi oled sina külastanud?



Kas ma tean?

1. Mis muuseum on pildil?



- Mängu-asja-muuseum
- Lennundus-muuseum
- Kunsti-muuseum
- Loodus-muuseum



- Mängu-asja-muuseum
- Lennundus-muuseum
- Kunsti-muuseum
- Vaba-õhu-muuseum



- Loodus-muuseum
- Ajaloo-muuseum
- Mere-muuseum
- Maantee-muuseum



- Loodus-muuseum
- Ajaloo-muuseum
- Mere-muuseum
- Maantee-muuseum



- Kunsti-muuseum
- Põllu-majandus-muuseum
- Spordi-muuseum
- Mere-muuseum



- Kunsti-muuseum
- Põllu-majandus-muuseum
- Spordi-muuseum
- Mere-muuseum



- Mängu-asja-muuseum
- Lennundus-muuseum
- Kunsti-muuseum
- Loodus-muuseum



- Mängu-asja-muuseum
- Lennundus-muuseum
- Ajaloo-muuseum
- Teadus-muuseum



- Kunsti-muuseum
- Põllu-majandus-muuseum
- Spordi-muuseum
- Mere-muuseum



- Kunsti-muuseum
- Vaba-õhu-muuseum
- Spordi-muuseum
- Mere-muuseum

2. Mis muuseum see võib olla?

- Muuseumis näeme, kuidas Eesti rahvas on elanud.
- Muuseum asub Tartus ja selle hoone on hiigla-suur.



.....

3. Kus linnas asub Eesti Rahva Muuseum? Koosta tähtedest linna nimi.

A, U, R, T, T

.....



Mõtle ja räägi kaaslastega



Rahva-riided

Eesti Rahva Muuseumi näitusel

- Kas sa oled rahva-riideid näinud?
- Kus sa rahva-riideid nägid?



Käsi-kivi

Eesti Rahva Muuseumi näitusel

- Mida inimesed käsi-kiviga jahvatasid?
- Kas käsi-kiviga jahu jahvatamine oli kerge või raske töö?



*Vana-aegne jalg-ratas
Eesti Rahva Muuseumi näitusel*

- Mille poolest erineb vana-aegne jalg-ratas praegusest rattast?



*Traktor
Eesti Rahva Muuseumi näitusel*

- Kas sa oled traktorit näinud?
- Kus sa traktorit nägid?
- Kas põllu kündmise võistluse võidaks täna-päeva või vana-aegne traktor?

**4. Kui palju maksavad Eesti Rahva Muuseumi piletid?
Otsusta, kuidas on soodsam minna muuseumisse –
kas üksinda või koos klassiga?**

Uurige koos: <https://www.erm.ee/et/naitused/piletiinfo>



Nüüd ma tean!

- Muuseumis saavad inimesed tutvuda oma kodu-koha ajalooga.
- Eesti Rahva Muuseum ehk ERM näitab meile, kuidas Eesti rahvas on elanud.

3.7. Täht-päevad ja kombed



Vaata ja loe!



Kuula ka digi-õpikust!



Ma ootan nii väga jõule. Mulle meeldivad jõulu-kombed. Nende pühadega käib koos mingi sala-pära. Praegu müüakse poodides juba jõulu-ehteid ja kuused on kaunistatud. Aga mul ei ole veel jõulu-tunnet.



Mis tunne see peaks olema? Jõulud on jõulud. Aga mina ootan lund. Ja jõule ootan selle-pärast, et siis peaks lumi maha tulema. No muidugi jõulu-kinkide vastu ei ole mul ka midagi.



Kuule, me lubasime ju jõulu-klassi-õhtu teha! Hakkame täna ette-valmistustega pihta! Nii jõuavad jõulud ka rutem kohale.

Miks Maria jõule ootab?

Miks Peeter jõule ootab?

Kalender

1. Vali õige arv.

- Aastas on 4 / 7 / 12 / 30 / 31 kuud.
- Ühes kuus on 4 / 7 / 12 / 30 / 31 nädalat.
- Ühes nädalas on 4 / 7 / 12 / 30 / 31 päeva.
- Detsembris on 4 / 7 / 12 / 30 / 31 päeva.
- Nädalas on 2 / 5 / 7 tööpäeva.
- Nädalas on 2 / 5 / 7 puhkepäeva.

Month	Days	Days	Days	Days	
January	31	February	28	March	31
April	30	May	31	June	30
July	31	August	31	September	30
October	31	November	30	December	31

Rahva-kalendri täht-päevad



Loe!

Kalendris on paljude kuu-päevade juurde kirjutatud, mis täht-päev sel päeval on. Palju on rahva-kalendri täht-päevi. Nende järgi saame teada, mida meie esi-vanemad tähtsaks pidasid. Igal rahva-kalendri täht-päeval oli oma tähendus ja omad kombes. Ka täna-päeval tähistame mõnda rahva-kalendri täht-päeva. Aga paljud kombes on muutunud.

Leia kalendrist rahva-kalendri täht-päevi.

Arutlege õpetajaga, mida inimesed vanasti sel päeval tähistasid.

2. Mis täht-päevast on juttu?



„Sel päeval toimuvad kelgu-mäel kõige pikema liu laskmise võistlused. Vanasti usuti, et kes teeb kõige pikema sõidu, sellel kasvavad põllul kõige pikemad lina-kõrred. Tavaliselt on söögiks herne-supp ja vahu-kukkel.“

- Martin jutustas *mardi-päevast / jõuludest / vastla-päevast*.
- Leia kalendrist, mis kuupäeval on sel aastal vastla-päev?

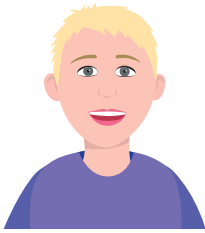


Vastla-sõit



Lina-taim

3. Mis täht-päevast on juttu?



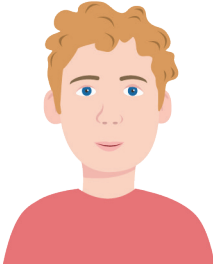
„Selle täht-päeva eelsel õhtul süüdatakse lõkked. Mõnes kohas tehakse suur lõke. Siis on selle ümber palju inimesi. Mõni lõke on väike. Ainult oma pere jaoks. Lõkke ääres on hea istuda. Seal saab juttu ajada, muusikat kuulata või laulda.“

- Liisa jutustas *kadri-päevast / jõuludest / jaani-päevast.*
- Leia kalendrist jaani-päev.



Jaani-tuli

4. Mis täht-päevast on juttu?



„Sellel päeval paneme selga tumedad riided ja näo ette maski. Nii läheme sõpradele ja naabritele külla. Ukse taga laulame ja palume tuppa sisse laskmist. Toas tuleb pere-rahvale esineda ja soovida head vilja-õnne.

Pere-rahvas teeb santidele kingitusi.“

- Kaspar jutustas *kadri-päevast / jõuludest / mardi-päevast.*
- Leia kalendrist, mis kuupäeval on sel aastal mardi-päev?



Mardi-sandid

5. Mis täht-päevast on juttu?



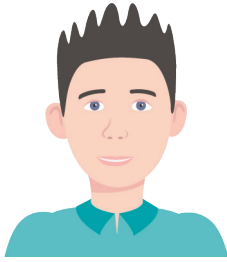
„Seda päeva nimetatakse tüdrukute ja naiste pühaks. Tüdrukud panevad selga heledad riided ja kannavad ka maske. Nad paluvad lauluga naabrite ja sõprade juures uksest sisse laskmist. Toas soovitakse peredele head looma-õnne. Pere-rahvas kingib santidele komme, pähkleid ja õunu.“

- Kati jutustas *mardi-päevast / jõuludest / kadri-päevast*.
- Leia kalendrist, mis kuupäeval on sel aastal kadri-päev?



Kadri-sandid

6. Mis täht-päevast on juttu?



„Need on meile väga armsad pühad. Pühad kestavad mitu päeva. Toas on ehitud kuusk. Küpsetame pipar-kooke. Ootame jõulu-vana ja kingitusi.“

- Kevin jutustas *mardi-päevast / vastla-päevast / jõuludest*.
- Leia kalendrist, millal on jõulu-lau-päev.



Jõulu-vana

Aasta-vahetus



Loe!

31. detsembril on vana aasta viimane päev. Selle päeva kohta ütleme ka vana-aasta-õhtu.

1. jaanuaril algab uus aasta. Sel päeval soovime kõigile:
„Head uut aastat!“



*Uue aasta saabumiseni on
kolm minutit*

Eesti Vabariigi aasta-päev



Loe!

Eesti Vabariik loodi 24. veebruaril 1918. aastal.

See päev on meie kodu-maa sünni-päev.

Eesti Vabariigi aasta-päev on lipu-päev. Sel päeval heiskavad inimesed lipu ka oma kodu-majadele.

Nii saab kogu maa lipu-ehtesse.

Koolis tähistame kodu-maa sünni-päeva aktusega.



Eesti Vabariigi lipp



Eesti Vabariigi vapp

Millal on Eesti Vabariigi aasta-päev?

Leia kalendrist lipu-päeva märk.

Kuidas inimesed lipu-päeval oma kodu-maju kaunistavad?

Kodu-maa sünni-päeva tähistamine



Loe ja vaata pilte!

Inimesed võivad minna vara-hommikul vaatama lipu heiskamist Pika Hermanni torni. Seda saab vaadata ka telerist.



Kesk-päeval toimub Eesti kaitse-jõudude paraad.



Õhtul on pidulik kontsert.

Seal peab kõne Eesti Vabariigi president.

Pärast kontserti toimub presidendi vastu-võtt.

Vastu-võtule on kutsutud Eesti jaoks olulised inimesed.



7. Kuidas Eestis kodu-maa sünni-päeva tähistatakse? Vali lause lõppu õige sõna.

- Pidulik lipu-heiskamine Pika Hermannini torni toimub *hommikul / päeval / õhtul*.
- Kaitse-jõudude paraad toimub *hommikul / päeval / õhtul*.
- Pidulik kontsert ja presidendi vastu-võtt toimuvad *hommikul / päeval / õhtul*.

Teised Eesti Vabariigi täht-päevad



Loe!

Eesti Vabariigis on veel palju tähtsaid päevi. Näiteks:

- 1. septembril tarkuse-päev,
- 5. oktoobril õpetajate-päev,
- 8. märtsil naiste-päev,
- 14. märtsil ema-keele-päev,
- 1. juunil laste-kaitse-päev.

8. Leia need täht-päevad kalendrist.

Otsi, millised nendest on lipu-päevad. Märgi.

- tarkuse-päev
- õpetajate-päev
- naiste-päev
- ema-keele-päev
- laste-kaitse-päev

Veel tähtsaid päevi



Loe!

Eesti Vabariigis on mitmeid kõige armsamatele inimestele pühendatud täht-päevi. Näiteks:

- mai teine püha-päev – emade-päev,
- novembri teine püha-päev – isade-päev,
- septembri teine püha-päev – vana-vanemate-päev.

Need täht-päevad on püha-päeval, sest siis saab päeva koos veeta.

Ütleme veel-kord emale, isale, vana-emale ja vana-isale, kui kallid nad meile on.

Millal on emade-päev?

Märgi tekstis.

Millal on isade-päev?

Märgi tekstis.

Millal on vana-vanemate-päev?

Märgi tekstis.

9. Leia need täht-päevad kalendrist.

Millised nendest on lipu-päevad? Märgi.

- emade-päev
- isade-päev
- vana-vanemate-päev



Kas ma tean?

10. Mis püha on pildil kujutatud? Kirjuta lünka õige sõna.
Millised kombes on sel täht-päeval?



.....



.....



.....



.....



.....



Mängime läbi!

Olukord: Kaks sõpra kohtuvad uue aasta esimesel päeval.

Sisu:

- Kuidas nad teine-teist tervitavad?
- Kuidas neil uus aasta saabus?

Vali tekst ette-antud lausete hulgast.

Tervitused:

- Head uut aastat!
- Õnnelikku uut aastat!
- Toredat uut aastat!
- Lõbusat uut aastat!
- Ägedat uut aastat!
- Tegude-rohket uut aastat!

Küsimused:

- Kuidas sul uus aasta tuli?
- Mida te vana-aasta õhtul tegite?

Vastused:

- Uus aasta tuli lõbusalt.
- Uus aasta tuli igavalt.
- Ma olin kella üheni üleval.
- Ma läksin vara magama.
- Me olime kodus.
- Me käisime külas.
- Me istusime lauas ja sõime.
- Me laulsime ja tantsisime.
- Me vaatasime telerit.
- Me sulatasime tina ja valasime õnne.
- Me mängisime laua-mänge.
- Me käisime väljas rakette vaatamas.
- Me lasksime ise rakette.



Nüüd ma tean!

- Eesti Vabariigi aasta-päev on 24. veebruaril. Kodu-maa sünni-päeva tähistatakse uhkelt üle terve Eesti-maa.
- Eesti Vabariigis on palju tähtsaid päevi. Kõigi nende tähistamiseks on omad kombes.
- Rahva-kalendri täht-päevi hakati pidama ammustel aegadel. Meie tähistame nendest ainult mõnda. Rahva-kalendri täht-päevade kombes on täna-päeval muutunud.

3.8. Kordamine



Loe!



Kuula ka digi-õpikust!



Väga tublid muuseumi-töötajad saavad ühe vahva au-hinna. Au-hinnal on naljakas nimi. Kui sa rist-sõna ära lahendad, siis saad teada, mis selle au-hinna nimi on.

1. Lahenda rist-sõna.

1. Linnas elavad paljud inimesed (*kus?*) korter-... .
(4. peatükk)
2. Lühend ERM tähendab Eesti Rahva (6. peatükk)
3. Maal on võimalik elada (*kus?*) (4. peatükk)
4. Ema, isa, õde, vend, vana-emad, vana-isad on sinu lähi-... .
(1. peatükk)
5. Kui sul on olemas ..., siis saad vaadata, mis nädala-päeval on sinu sünni-päev. (7.peatükk)
6. Beebi toob kaasa suured ... pere elus. (2. peatükk)
7. Väikese tita kohta saab öelda ka (2. peatükk)
8. Kui keegi lähedane inimene sureb, on peres
(3. peatükk)
9. Meie kodu-maa nimi on Eesti (7. peatükk)
10. Vanal ajal rakendati vankri ette (*kes?*) (5. peatükk)
11. (*Millega?*) ... saab sõita ainult Tallinnas. (5. peatükk)
12. Viimane hüvasti-jätt lahkunuga toimub (*kus?*)
(3. peatükk)

1.								
2.								
3.								
4.								
5.								
6.								
7.								
8.								
9.								
10.								
11.								
12.								



Väga tublide muuseumi-töötajate au-hind on

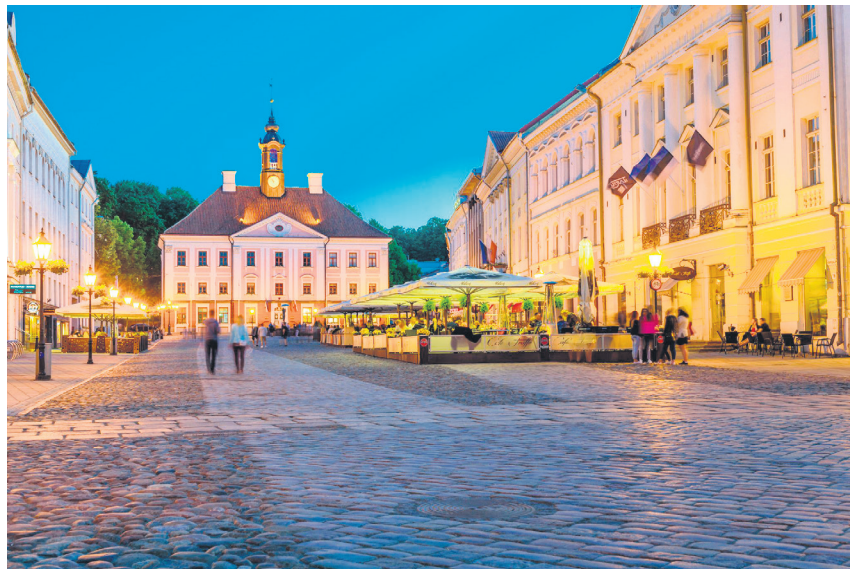
.....

2. Leidke õpetaja abiga oma kodu-koht Eesti kaardil.



3. Milliste transpordi-vahenditega saab sinu kodu-kohast...

1) Tartusse



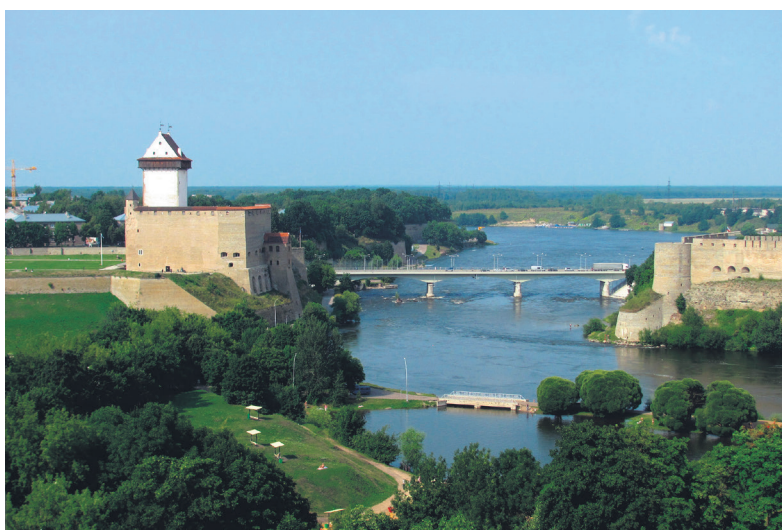
*rongiga, bussiga, trammiga, lennukiga,
praamiga, laevaga, autoga*

2) Tallinnasse



*rongiga, bussiga, trammiga, lennukiga,
praamiga, laevaga, autoga*

3) Narva



*rongiga, bussiga, trammiga, lennukiga,
praamiga, laevaga, autoga*

4) Kuressaarde



*rongiga, bussiga, trammiga, lennukiga,
praamiga, laevaga, autoga*

SISUKORD

1.1. Mina	5
1.2. Meie klass	10
1.3. Meie oskused	15
1.4. Meie kohustused ja õigused	19
1.5. Meie sõbrad ja meie tuttavad	27
1.6. Klassi-õhtu ettevalmistamine	36
1.7. Klassi-õhtu läbiviimine	43
1.8. Me räägime viisakalt – sina ja teie	50
1.9. Me räägime viisakalt – nõusolek ja keeldumine	58
1.10. Me aitame üksteist	69
1.11. Me ei tohi üksteisele liiga teha	78
1.12. Meie jõuame kokkuleppele	87
1.13. Meie ei kaeba üksteise peale	93
1.14. Kordamine	100
2.1. Tervislikud eluviisid – sport ja puhkus	103
2.2. Kahjulikud harjumused – teleri- ja arvutisõltuvus	113
2.3. Kahjulikud harjumused – suitsetamine	121
2.4. Kahjulikud harjumused – alkohol	130
2.5. Tervislik toitumine	137
2.6. Esma-abi – külmetus	149
2.7. Esma-abi – vigastused	154
2.8. Kordamine	160
3.1. Minu pere	162
3.2. Muutused pere elus – lapse sünd	167
3.3. Muutused pere elus – pereliikmete lahkumine	173
3.4. Maa- ja linnakodu	179
3.5. Transpordivahendid tänapäeval ja minevikus	189
3.6. Muuseumid	196
3.7. Täht-päevad ja kombed	205
3.8. Kordamine	220

