



VIIMSI TEADUSKOOL

PSÜHHOLOOGIA Õppekava

Viimsi Teaduskooli õppekava koostamisel on lähtutud Eesti Vabariigi huviharidusstandardist, Huvikooli seadusest, Viimsi valla haridus- ja noortevaldkonna arengukavast 2021-2030 ja Viimsi Teaduskooli põhimäärusest. Õppekava arendamisel lähtutakse lisaks mainitule ka õppurite sisendist ja Viimsi Teaduskooli arengukavast. Õppekava prioriteediks on õppuri huvi ja vajadused.

Vastavalt Huvikooli seadusele kuulub "Psühholoogia" õppekava üldkultuuri valdkonda.

ÜLDOSA

1. Huviala lühikirjeldus

Psühholoogia huviala tutvustab inimese psüühikat, käitumist ja suhtlemist. Arendatakse kriitilist mõtlemist, eneseteadvust, empaatiat ning uurimismeetodite baasteadmisi.

2. Õppe maht ja õppeainete loend

60 akadeemilist tundi kokku ühel õppeaastal. Selle õppeaasta jooksul toimuvad õppeained on „Sissejuhatus psühholoogiasse“, „Aju ja käitumine“, „Mõtlemine ja tunnetus“, „Emotsioonid ja motivatsioon“, „Arengupsühholoogia“, „Isiksusepsühholoogia“, „Sotsiaalpsühholoogia“, „Heaolu ja vaimne tervis“, „Uurimismeetodid“ ja „Projekt ja esitlus“.

3. Alusväärtused

Huvikooli õppekava toetab õppuri vaimset, füüsilist, sotsiaalset ja emotsionaalset arengut. Huvikool kujundab väärtushoiakuid ja -hinnanguid isikliku õnnetunde ja rahulolu vaatevinklist. Huvikool arendab õppuris aktiivset ühiskonnaliiget. Alusväärtustena tähtsustatakse huvikoolis üldinimlikke väärtusi (ausus, hoolivus, õiglus, inimväärikus ja lugupidavus), ühiskondlikke väärtusi (vabadus, demokraatia, austus emakeele ja kultuuri vastu, patriotism, kultuuriline mitmekesisus, sallivus, õiguspõhisus, solidaarsus, sooline võrdõiguslikkus) ja jätkusuutlikkuse põhimõtteid (keskkonnahoid, säästlik eluviis, ringmajandus) Huvikooli õppekava elluviimisel tehakse koostööd erinevate asutuste ja spetsialistidega.

4. Õppekorraldus

Õppekava on mõeldud 13-19-aastastele õppuritele, kuid oodatud on ka vanemad ja soovi korral entusiastlikud nooremad õppurid. Õppur saab õppes osaleda tasemeharidusest vabal ajal vanema avalduse alusel või täiskasvanud õppuri puhul õppuri enda avalduse alusel. Õppekava hõlmab erinevaid õppetöö vorme: loengud, rühmatööd, arutelud, praktilised harjutused, juhtumiuuringud ja projektitöö. Õppekava loetakse läbituks kui õppur on läbinud vähemalt 50 akadeemilist tundi ning on täitnud erinevate õppeainete lõpus toimuvad arvestuslikud ülesanded.

5. Õppe- ja kasvatuseesmärgid

Kujundada õppuris huvi inimese psüühika toimimise mõistmise vastu. Anda põhiteadmised psühholoogia peamistest suundadest. Arendada teaduslikku mõtlemist. Tugevdada suhtlemisoskust ja eneseregulatsiooni. Valmistada ette iseseisvaks süvenemiseks ja eneserefleksiooniks. Toetada õppuri individuaalset arengut, pakkuda positiivset õpi- ja eduelamust. Arendada õppuri koostöövõimet, enesekontrollioskust, õpioskusi ja analüüsivõimet. Kujundada õppuris terviklikum arusaam inimese vaimsete protsesside toimimisest.

AINEKAVAD

1. Õppeaine „Sissejuhatus psühholoogiasse“

Õpiväljundid

Õppeaine „Sissejuhatus psühholoogiasse“ läbinud õppur:

- mõistab psühholoogia peamisi suundi ja nende ajaloolist arengut;
- tunneb psühholoogias kasutatavaid uurimismeetodeid ja nende rakendamise põhimõtteid;
- omandab arusaama psühholoogia teaduspõhisusest ja kriitilise mõtlemise tähtsusest.

Õppe sisu

Psühholoogia definitsioon ja ajalugu. Peamised psühholoogia suunad (nt biheiviorism, psühhodünaamiline, humanistlik, kognitiivne). Psühholoogiliste uuringute põhimõtted ja teaduspõhisuse olulisus.

Õppeaine maht on 4 akadeemilist tundi.

2. Õppeaine „Aju ja käitumine“

Õpiväljundid

Õppeaine „Aju ja käitumine“ läbinud õppur:

- mõistab aju neuroloogilisi aluseid ja nende seost käitumisega;
- teab, kuidas toimivad sensoorsed protsessid (nägemine, kuulmine, haistmine, maitsmine, kompimine) ja kuidas need mõjutavad tajumist;
- saab aru, kuidas aju erinevad osad panustavad psühholoogilistesse

Õppe sisu

Sissejuhatus neuroanatoomiasse: aju struktuurid ja nende funktsioonid. Neuronid ja närviülekanded. Sensoorsed süsteemid ja tajud.

Õppeaine maht on 6 akadeemilist tundi.

3. Õppeaine „Mõtlemine ja tunnetus“

Õpiväljundid

Õppeaine „Mõtlemine ja tunnetus“ läbinud õppur:

- mõistab mälu toimimise mehhanisme ja erinevaid mälutüüpe;
- teab, kuidas toimub mõtlemine ja otsuste tegemine;
- oskab rakendada lihtsamaid probleemilahenduse strateegiaid.

Õppe sisu

Mälu tüübid (lühimälu, pikaajaline mälu) ja mälustrateegiad. Mõtlemise protsessid, loogiline mõtlemine ja loovus. Probleemilahenduse etapid ja strateegiad.

Õppeaine maht on 8 akadeemilist tundi.

4. Õppeaine „Emotsioonid ja motivatsioon“ (8 tundi)

Õpiväljundid

Õppeaine „Emotsioonid ja motivatsioon“ läbinud õppur:

- tunneb peamisi emotsioonide teooriaid ja nende avaldumise viise;
- mõistab motivatsiooni olemust ja erinevaid motivatsioonitegureid;
- arendab oma eneseteadvust seoses emotsioonide ja motivatsiooniga.

Õppe sisu

Emotsioonide tekkimine ja funktsioonid. Põhiemotsioonid ja nende väljendamine. Motivatsiooni definitsioon, Maslow' vajaduste hierarhia, sisemine ja väline motivatsioon. Emotsioonide regulatsioon.

Õppeaine maht on 8 akadeemilist tundi.

5. Õppeaine „Arengupsühholoogia“

Õpiväljundid

Õppeaine „Arengupsühholoogia“ läbinud õppur:

- mõistab inimese psühholoogilise arengu põhietappe ja neid mõjutavaid tegureid;
- teab identiteedi kujunemise eripärasid eri vanuseperioodidel, sh noorukieas;
- oskab analüüsida arengukriisi ja nendega toimetulekut.

Õppe sisu

Arengupsühholoogia põhimõisted. Arenguetapid alates sünnist kuni vanaduseni (laps, nooruk, täiskasvanu). Sotsiaalne, kognitiivne ja emotsionaalne areng. Identiteedikujunemine ja noorukiea eripärad.

Õppeaine maht on 6 akadeemilist tundi.

6. Õppeaine „Isiksusepsühholoogia“

Õpiväljundid

Õppeaine „Isiksusepsühholoogia“ läbinud õppur:

- tunneb isiksusepõhiseid teooriaid (nt Freudi psühhoanalüütiline teooria);
- teab tänapäevaseid isiksuse mudeleid, nagu Suur Viisik (Big Five);
- mõistab enesekäitumise ja eneseteadvuse rolli isiksuse arengus.

Õppe sisu

Mis on isiksus? Peamised isiksuse teooriad ja nende kriitika. Freudi psühhoanalüütiline lähenemine. Tänapäevased isiksuse mudelid, sh Suur Viisik. Enesekäitumine ja eneseteadvus.

Õppeaine maht on 6 akadeemilist tundi.

7. Õppeaine „Sotsiaalpsühholoogia“

Õpiväljundid

Õppeaine „Sotsiaalpsühholoogia“ läbinud õppur:

- mõistab gruppide dünaamikat ja rühmades toimuvate protsesside mõju;
- teab, kuidas kujunevad ja mõjutavad käitumist stereotüübid ja eelarvamused;
- omandab arusaama sotsiaalse mõjutamise tehnikatest ja nendega toimetulekust.

Õppe sisu

Sotsiaalpsühholoogia olemus. Grupid ja rühmaprotsessid. Sotsiaalne tajutaj ja hoiakud. Stereotüübid, eelarvamused ja diskrimineerimine. Sotsiaalne mõju: konformsus, kuulekus, veenmine.

Õppeaine maht on 8 akadeemilist tundi.

8. Õppeaine „Heaolu ja vaimne tervis“

Õpiväljundid

Õppeaine „Heaolu ja vaimne tervis“ läbinud õppur:

- mõistab vaimse tervise ja heaolu tähendust ning tegureid, mis neid mõjutavad;
- teab, mis on stress ja kuidas sellega toime tulla;
- omandab praktilisi toimetuleku strateegiaid ja teadmisi positiivsest psühholoogiast.

Õppe sisu

Vaimse tervise definitsioon ja olulisus. Stressi tüübid, põhjused ja mõju. Stressiga toimetuleku mehhanismid ja praktikad. Positiivne psühholoogia ja heaolu edendamine.

Õppeaine maht on 8 akadeemilist tundi.

9. Õppeaine „Uurimismeetodid psühholoogias“

Õpiväljundid

Õppeaine „Uurimismeetodid psühholoogias“ läbinud õppur:

- mõistab uurimisküsimuse ja hüpoteesi olulisust psühholoogilises uuringus;
- tunneb psühholoogilise uurimistöö eetilisi põhimõtteid;
- teab andmekogumise põhilisi meetodeid (nt küsimustikud, vaatlused, eksperimendid).

Õppe sisu

Teadusliku uurimistöö etapid. Uurimisküsimuse ja hüpoteesi püstitamine. Psühholoogia uurimise eetika. Andmekogumise meetodid ja nende eelised/puudused.

Õppeaine maht on 4 akadeemilist tundi.

10. Õppeaine „Projekt ja esitlus“

Õpiväljundid

Õppeaine „Projekt ja esitlus“ läbinud õppur:

- oskab iseseisvalt valida ja piiritleda psühholoogia-alase projekti teema;
- suudab koguda ja sünteesida informatsiooni valitud teema kohta;
- oskab koostada ja esitleda oma projekti tulemusi selgelt ja arusaadavalt.

Õppe sisu

Projekti teema valik ja planeerimine. Informatsiooni otsimine ja allikate kriitiline hindamine. Projekti struktureerimine ja sisu loomine. Esitluse ettevalmistamine ja läbiviimine. Suuline ja visuaalne kommunikatsioon. Õppeaine maht on 2 akadeemilist tundi.

HINDAMINE JA TAGASISIDESTAMINE

Huviala “Psühholoogia” hindamine on kujundav, st õppur (ja lapsevanem) saavad kokkuvõtva hinnangu õppuri arengule huviaine lõpus. Koondhinne on arvestuslik (A/MA) ning iga õppeaine koondhinne kujuneb kahest komponendist - kohalkäimine ning arvestuslike ülesannete sooritamine. Iga õppeaine täpseid hindamiskriteeriume kirjeldab õppeaine õpetaja õppurile õppeaine esimeses tunnis. Igas õppeaines on vähemalt üks arvestuslik ülesanne.

ÕPPEKESKKOND

Õpe toimub Viimsi Artiumi hoone ruumides ja välialadel. Õppekäigud toimuvad Tallinna ja Viimsi territooriumil sise- ja välistingimustes.