



Paide Hammerbecki Põhikool

## AINEKAVA

KOOLIASTE	III
ÕPPEAINE	INIMESEÕPETUS
ÕPPEAINE KIRJELDUS	<p>Inimeseõpetuse eesmärk on toetada õpilase sotsiaalsete ja emotsionaalsete oskuste arengut, õppides ennast tundma, vastutustundlikult oma suhteid kujundama, olema terviseteadlik, aus, hooliv ja õiglane.</p> <p>Inimeseõpetuses käsitletakse inimest ja tema sotsiaalset keskkonda tervikuna. Väärtuskasvatus ja hoiakute kujundamine toimub üksteist mõistvas õhkkonnas ning on suunatud õpilaste positiivse mõtlemise arendamisele oma arengu- ja toimetulekuvõimaluste üle.</p> <p>Soodne sotsiaalne õppekeskkond toetub eelkõige õpilaste isikupära ja isiklike seisukohtade austamisele, võimaluste tagamisele vabaks arvamusevalduseks, initsiatiiviks, osalemiseks ja tegutsemiseks nii üksi kui ka koos teistega.</p> <p>Inimeseõpetuses võib teemasid käsitleda nii üksteisele järgnevatena kui ka integreerituna, et saavutada oskuste, teadmiste ja väärtuste põhjal õpitulemused. Õpitavat käsitletakse võimalikult igapäevaeluga seonduvalt, kusjuures õppes on olulisel kohal aktiivõppemeetodid.</p> <p>III kooliastme inimeseõpetuse teemade puhul tuleb varasemast enam esile mina-käsitluse ja suhete psühholoogiline aspekt. Kuna III kooliastmega lõpeb kohustuslik kooliharidus, siis valmistavad inimeseõpetuse teemad õpilast ette ennast ja maailma mõistma ning enda ja teistega toime tulema. III kooliaste pakub tõhusat seksuaalkasvatust. Tervise, suhete ja riskikäitumise teemad jätkuvad süvendatumalt, aidates noorel mõista ühiskonnas toimuvaid</p>

	protsesse ja nende mõju talle endale, tema valikutele ning seeläbi tema tervisele ja toimetulekule.	
<b>TEADMISED</b> - Teab, kuidas ühiskond mõjutab inimeste tervisekäitumist, suhtlemist ja õppimist. - Mõistab inimese arengut murde- ja noorukieas. - Teab, kuidas kujundada ja hoida positiivset suhtumist iseendasse. - Mõistab, et inimene on sotsiaalne olend, mõistab normide vajalikkust ühiselus. - Teab, et inimesed erinevad rahvuse, soo, vaimse ja füüsilise suutlikkuse ning vaadete ja usutunnistuste poolest. - Teab, et ühiskond kaitseb laste tervist ja heaolu seadustega. - Mõistab ja aktsepteerib seksuaalse arengu individuaalsust, seksuaalse identiteedi erinevaid avaldumisvorme ja seksuaalõigusi. - Mõistab füüsilise, vaimse ja sotsiaalse tervise vastastikust seost ja neid mõjutavaid tegureid. - Mõistab eluviisi, keskkonna ja pärilikkuse mõju	<b>OSKUSED</b> - Kasutab terviseinfo saamiseks teaduspõhiseid allikaid ja spetsialistide abi - Oskab leida infot seksuaaltervist puudutavate küsimuste kohta.	<b>HOIAKUD</b> - Väärtustab enese arendamise vajadust ja elukestvat õpet, mõistab oma võimalusi ja vastutust enda elutee kujundamisel - Väärtustab hoolivust, ausust, õiglust ja vastutustunnet aktiivse ühiskonnaliikmena. - Väärtustab positiivseid suhteid, nende loomist ja hoidmist. - Mõistab ja aktsepteerib inimliku läheduse erinevaid avaldumisviise. - Väärtustab partnerite vastutustundlikku käitumist seksuaalsuhetes. - On erinevuste suhtes salliv. - On loov ja ettevõtlik.

tervisele ning tervisliku eluviisi ja turvalise käitumise tähtsust igapäevaelus.		
<b>7. KLASS</b>		
<b>ÕPITULEMUSED</b>	<b>ÕPPESISU JA PÕHIMÕISTED</b>	<b>PRAKTILISED TÖÖD, ÕPIPROJEKTID, ÕPPETEGEVUS VÄLJASPOOL KLASSIRUUMI VM ÕPPETEGEVUSED</b>
<p>Õpilane:</p> <p>1) kirjeldab pärilike ja keskkonnategurite, nt elukeskkonna, ümbritsevate inimeste ja hariduse mõju inimese arengule ja otsustele;</p> <p>2) selgitab inimese arengut murde- ja noorukieas ning eristab seda täiskasvanueast;</p> <p>3) seostab inimese kasvamist ja arengut pärilike ning keskkonnateguritega;</p> <p>4) selgitab, mis on minapilt ja enesehinnang;</p> <p>5) toob näiteid teguritest, mis kujundavad minapilti ja enesehinnangut;</p> <p>6) analüüsib ennast oma väärtuste, isikuomaduste, võimete ja huvide põhjal ning seostab seda valikutega elus;</p> <p>7) analüüsib inimese võimalusi ja vastutust oma elutee kujundamisel;</p> <p>8) mõistab, et inimene on sotsiaalne olend, toob näiteid rühma kuulumise ja rühmas suhtlemise olulisusest;</p> <p>9) toob näiteid erinevate rühmade normidest ja reeglitest, mis toetavad ühiselu toimimist;</p> <p>10) analüüsib enda rolli, õigusi ja kohustusi</p>	<p>Areng, küpsemine, kasvamine, õppimine, pärilikkus, keskkonna mõju, inimese valikud.</p> <p>Ühiskonna mõju inimese kasvamisele ja arengule.</p> <p>Inimese elukaar. Murde- ja noorukiea koht elukaares.</p> <p>Murde- ja noorukiea iseloomulikud tunnused.</p> <p>Suguküpsus, sootunnused, keha muutumine.</p> <p>Minapilt - kirjeldav ja hinnanguline aspekt minapildist.</p> <p>Positiivse minapildi kujundamine.</p> <p>Eneseanalüüs, väärtused, teadlikud valikud ja vastutus elus.</p> <p>Enesekasvatuse võtted.</p> <p>Enesearendamine oma elutee kujundamisel.</p>	<p>Leida film, kirjandusteos või mõne tuntud inimese elulugu ning selle põhjal teha esitlus enesekasvatusest, enesearengust ja tuua näiteid selle kohta, kuidas tehakse pingutusi eesmärgini jõudmiseks. Suuline esinemine klassile.</p> <p>Tagasi Kooli e-tunnid, erinevad külalised tunnis.</p>

<p>erinevates rühmades;</p> <p>11) kirjeldab rühma mõju käitumisele, sh sõltumatuse ja autoriteedi olemust inimsuhetes, demonstreerib õpituatsioonis toimetulekut rühma survega;</p> <p>12) toob näiteid seadustest, mis kaitsevad laste õigusi, tervist ja heaolu, ning analüüsib õiguste ja kohustuste seoseid;</p> <p>13) analüüsib laste heaolu mõjutavaid tegureid oma kogukonnas, teeb ettepanekuid, kuidas kogukonnas paremini seista laste heaolu eest;</p> <p>29) toob näiteid keskkonnateadlikest tegevustest ning rakendab mõnda nendest enda kodukohas või koolis;</p> <p>31) analüüsib uimastitega seotud riskikäitumise tagajärgi inimese toimetulekule ning sekkumise võimalusi indiviidi ja ühiskonna tasandil;</p>	<p>Positiivne suhtumine endasse ja teistesse kui ) heaolu alus..</p> <p>Rühm. Erinevad rühmade liigid. Erinevad rollid, reeglid ja normid rühmas.</p> <p>Inimeste õigused ja kohustused erinevates rühmades.</p> <p>Rühma kuulumine, selle positiivsed ja negatiivsed küljed.</p> <p>Koostöised ja võistluslikud rühma tegevused. Hoolivuse, austuse, õigluse ja vastutustunde väärtustamine koostöises tegevuses.</p> <p>Konformsus. Sõltumatus. Autoriteet.</p> <p>Toimetulek rühma survega ennast ja teisi kahjustavates olukordades.</p> <p>Inimese heaolu komponendid (sh vaimne heaolu).</p> <p>Laste heaolu mõjutavad tegurid (materiaalne, füüsiline, vaimne, sotsiaalne) kogukonna tasandil.</p> <p>Lapse ja noore vaimse heaolu tõstmise võimalused koolis ja kogukonnas.</p>	
---	---	--

	<p>Uimastitega seotud riskikäitumise ennetamine indiviidi tasand: tõhusad sotsiaalsed oskused ja keeldumisoskused.</p> <p>Uimastitega seotud riskikäitumise ennetamine: kogukonna ja ühiskonna tasand.</p> <p>Lapse õigused ja kohustused peres, koolis ja ühiskonnas.</p> <p>Laste ja noorte õigusi, tervist ja heaolu kaitsvad seadused.</p>	
DIGIPÄDEVUSED	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ülesannete lahendamisel ja teabe otsimisel digivahendite kasutamine.</li> <li>- Esitluse tegemiseks erinevate slaidiprogrammide kasutamine.</li> </ul>	
SEOS LÕIMINGUPLAANIGA	<p>Tööle kaasa - kirjeldab ja võrdleb eri ajastuste inimeste tegevusalasid ja töövõtteid.</p> <p>Vaimse tervise kuu - toetab vaimset, sotsiaalset ja füüsilist tervist mõjutavate tegurite mõistmist ning õpilase eneseanalüüsi ja ümbritsevate inimeste mõju õpilase toimetulekule igapäevaselt.</p> <p>Olümpiaadil osalemine - iseseisev lisatöö, õpitud teadmiste kasutamine, digioskuste kasutamine, vaimse pingega toimetulek.</p> <p>Vaikuseminutite harjutused – arendab suutlikkust emotsioone juhtida, keskenduda ja saavutada meelerahu.</p>	