

ÕPPEAINE NIMETUS	INIMESEÕPETUS LÕK
ÕPPEAINE KIRJELDUS	<p>Õppetegevuse kirjeldus arenguperioodide kaupa</p> <p><u>Lihtsustatud õppe puhul tuleb arvestada õpilaste arenguperioode, mis jagunevad järgmiselt: 1.–2. kl, 3.–5. kl, 6.–7. kl, 8.–9. kl. Selline jaotus, mis ei ühti kooliastmetega, tuleneb õpilaste arengu seaduspärasustest – muutustest õppijate kognitiivses arengus ning kõne ja isiksuse arengus.</u></p> <p>Õppetegevus 1.–2. klassis</p> <p>1.–2. klassis on inimeseõpetuse põhisisuks lähiümbruse märkamine, selle teadvustamine (suhtes mina ja meie) ning sotsiaalse kompetentsuse arendamine. Õpitakse koos tegutsema nii matkides kui ka eeskujuga ja juhendamise järgi. Omandatakse baassõnavara ja -lausungimalle ning elementaarseid (olme)suhtlusoskusi: teise inimese kuulamine, ütluste mõistmine ja nendele reageerimine (vastusrepliigid dialoogis), dialoogi alustamine ja jätkamine tuttavas situatsioonis jms.</p> <p>Õpitakse (mängu)asjade kasutamist ja hoidmist, mängus osalemist, reeglite kinnipidamist, mängu algatamist, rollide ja vajalike mänguasjade jagamist jne. Kohati võib olla keeruline rollimängudes osalemine. Õpilased vajavad pidevat motiveerivat tagasisidet oma tegevuse ja saavutuste kohta.</p> <p>Võrreldavate situatsioonide ja illustratsioonide (joonised, fotod) toel õpitakse märkama ja eristama (puhas/must, meeldib / ei meeldi jne) ümbritsevate esemete, ruumide ja inimeste (sh iseenda) esteetilisi omadusi. Õpitakse eristama isiklikke, võõraid ja ühiseid esemeid, neisse heaperemehelikult ja turvaliselt suhtuma ning neid kasutama. Õpitakse ka märkama ja eristama eakaaslaste käitumisviise. Harjutatakse viisakat käitumist (tervitamine, palumine, tänamine, eakaaslase ja täiskasvanu poole pöördumine, võimalik keeldumine jne).</p> <p>Õppetegevus 3.–5. klassis</p> <p>3.–5. klassis kujuneb jätkuvalt õpilaste oskus märgata ja eristada oma lähiümbrust (selle esemeid, nähtusi, sündmusi, tegevusi jms). Õpilased tutvuvad eesti rahvakommete ja traditsioonidega (rõhuasetus pere ja kodukoha traditsioonidel). Tegevus- ja suhtlussituatsioonides õpitakse tundma ja järgima ühiskonnas aktsepteeritavaid käitumisharjumusi. Õpitakse märkama, eristama ja mõistma igapäevaelu olukordi, sealhulgas ohuolukordi, verbaalseid ja mitteverbaalseid eneseväljendusviise, tundeid jms.</p> <p>Täiendatakse ühis- ja koostegevuse oskusi (sh hooliv ja teisi arvestav suhtlemine) ja viisaka käitumise oskusi. Õpetaja abiga saab õpilane aru pere ja koduga seotud teemadest, teadvustab laste ning vanemate vastastikuseid õigusi ja kohustusi.</p> <p>Järjepidevalt kujundatakse õpilaste sotsiaalset teadlikkust ja verbaalset aktiivsust: õpilased kirjeldavad abivahendite toel enda ja kaaslaste tegevust ja emotsionaalset seisundit. Õppimist toetavad aktiivõppemeetodite kasutamine, õppekäigud, praktilised ülesanded, lühipalade lugemine ja analüüsimine. Järjest enam võimaldab tunnetustegevuse tase õpilastel aktiivsemalt ja iseseisvamalt osaleda (õpi)tegevuste kavandamisel, sooritamisel ja kontrollimisel ning abivahendite valimisel ja kasutamisel. Praktiliste ja tekstis kirjeldatud situatsioonide analüüsil pööratakse tähelepanu nendes osalejate tegevusviisidele, motiividele ja kavatsustele, situatsioonide tingimustele, tegevuste tulemustele ja tagajärgedele. Õpitakse juhendamise järgi situatsioonidele alternatiivseid lahendusi leidma ning kaaslastele soovitusi andma.</p>

Õppetegevus 6.–7. klassis

6.–7. klassis täienevad õppetegevuse käigus õpilaste sotsiaalsed suhtlemis- ja käitumisoskused. Harjutatakse suhtlemist ja koostevuse reguleerimist dialoogis (osalemine rühmatöodes, rollimängudes, kutse koostevusele, vastused küsimustele ja teadetele, dialoogi alustamine küsimuse ja teatega, nõustumine ja loobumine, alternatiivne ettepanek, oma arvamuste selgitamine ja kaitsmine). Individuaal- ja rühmatööde tulemuste esitlemise, enda ja teiste tegevuste kommenteerimise kaudu suureneb õpilaste verbaalne aktiivsus, kujunevad avaliku esinemise esmased oskused. Õpitakse mõistma ja nimetama tegevuse eesmärke, tingimusi, põhjuseid ja tagajärgi, käitumisaktis ilmnevaid emotsioone. Juhendamisel leitakse seoseid tegevus-, suhtlus- ja käitumisakti vahel, tehakse järeldusi ning planeeritakse ja/või korrigeeritakse edasist tegevust/käitumist.

Arenguliselt on õpilaste jaoks oluline pöörata tähelepanu muutustele enda organismis ja käitumises (seksuaalsus, suhtlemine ja käitumine vastassugupoolega, noormehe ja neiu rollid eri situatsioonides jms) ning oma tervisekäitumisele (sh hoolitsemine oma füüsilise, vaimse ja sotsiaalse tervise eest, enesekehtestamine, riskikäitumine).

Õpitakse märkama ja teadvustama kultuurilisi erinevusi. Alustatakse ettevalmistust iseseisvaks majandamiseks, teadlikuks ja säästlikuks tarbimiseks (prügi sorteerimine, pakendiinfo jmt).

Inimeseõpetuse temaatika ja õpilaste oskused võimaldavad sel perioodil rohkem kasutada IKT-vahendeid.

Õppetegevus 8.–9. klassis

Põhikooli lõpuastmes on kõige olulisem toetada õpilasi iseseisvaks toimetulekuks.

Vanuseliselt on oluline tähelepanu pöörata ühiskonnaõpetusega seotud teemadele: eri eluvaldkondadega seotud õigusaktid ja lepingud, ameti valik ja edasiõppimisvõimalused, töötaja õigused ja kohustused, otstarbekad ja vastutustundlikud valikud/otsused, iseseisev raha kasutamine ja säästlik tarbimine, eluasemega seotud küsimused. Õpilased tutvuvad ja õpivad kasutama teabeallikaid, nõustamis- ja kriisiabivõimalusi; omandavad teadmise, kuidas otsida, küsida ja kasutada elus vajaminevat teavet ja abi.

Õpilane harjutab iseseisva elu alustamise ja soolise küpsemisega seotud rollikäitumist. Teab turvalise seksuaalkäitumise põhimõtteid ja oma vastutust selles, tunneb ära lähisuhtevägivalla. Oluline on teadvustada pere loomise ja laste saamisega seotud vastutust.

Õppetegevuses rakendavad õpilased eelnevatel aastatel omandatud eri situatsioonidele vastavaid suhtlemisoskusi. Kujuneb oskus hinnata oma ning kaasinimeste individuaalset ja rühmakäitumist (põhjus-tagajärg seosed, otstarbekus, vastavus ühiskonnannormidele).

TEADMISED, OSKUSED JA HOIAKUD**I KOOLIASTE**

II KOOLIASTE	<p>1) märkab ja aktsepteerib inimeste erinevusi (rahvus, välimus, vanus, tervis jm);</p> <p>2) leiab õpetaja juhendamisel infot erinevatest teabeallikatest (sh tekstidest ja internetist);</p> <p>3) tunneb kella ja kalendrit ning seostab seda oma elu tegevuste ja sündmustega;</p> <p>4) mõistab oma õigusi ja kohustusi (suhtlemine, käitumine, õppetöö) ning teadvustab põhjuseid ja tagajärgi;</p> <p>5) analüüsib ja hindab enda ja kaaslaste käitumist ning kasutab tuttavates olukordades situatsioonist lähtuvalt erinevaid väljendusviise;</p> <p>6) teab murdeeaga seotud muutusi ning oma välimuse, hügieeni ja tervise eest hoolitsemise võimalusi;</p> <p>7) teab riskikäitumisega kaasnevat ohtusid liikluses, vees, tule kasutamisel, toitumisel, uimastite tarbimisel ja internetis suhtlemisel, oskab abi küsida;</p> <p>8) teab olmejäätmete käitlemise viise koduses majapidamises, oskab prügi sorteerida;</p> <p>9) selgitab, milleks kasutatakse raha; mõistab, et tema soovide täitumine sõltub vajadustest ja pere sissetulekust.</p>	
III KOOLIASTE		
	ÕPITULEMUSED	ÕPPESISU <i>sh praktilised tööd, õpiprojektid, õppetegevus väljaspool klassiruumi, kogukonnapraktika vm õppetegevused</i>
1.klass		
2.klass		
3.klass		
4.klass	<p>1. KÄITUMINE JA SUHTLEMINE</p> <p>1) osaleb üksteise tegevust reguleerivas dialoogis (teade – teade);</p> <p>2) nimetab ning võrdleb oma ja sõprade vaba aja tegevusi, huvisid;</p> <p>3) analüüsib õpetaja juhendamisel situatsioonide, oma ja kaaslaste käitumise ning emotsionaalsete seisundite põhjuseid ja tagajärgi;</p> <p>4) jälgib kaasõpilaste tegevust ja vajaduse korral abistab neid;</p> <p>5) tunneb koolielus ära konfliktsituatsiooni ning teab, mis juhtudel on vaja sellest täiskasvanule/õpetajale teatada;</p>	<p>Mina. Igaühe individuaalsus ja väärtuslikkus, sooline kuuluvus. Mina ja endasse suhtumine. Lapse õigused ja kohustused.</p> <p>Sõprade valimine ja hoidmine, ühistegevus. Klassiõhtu, sisukate peotegevuste valik ja planeerimine.</p> <p>Eakaaslaste ja täiskasvanute kõnetamine. Abivalmidus klassis: abi vajamine ja küsimine, abi vastuvõtmine, abivajajate märkamine ja abi pakkumine.</p> <p>Vägivaldne käitumine: tõukamine, ehmatamine, narrimine jne, võimalikud konfliktid igapäeva koolielus. Teatamine, kaebamine.</p> <p>Lähtudes õpikust:</p>

	<p>2. INIMENE JA TERVIS</p> <p>1) teab enda tervist tugevdavaid ja nõrgestavaid tegureid (toitumine, liikumine, uni) ja harjumusi ning nende mõju füüsilisele tervisele ja õppimisvõimele;</p> <p>3. PEREKOND JA KODUKOHT</p> <p>1) nimetab oma lähisugulasi ja selgitab abistavate küsimuste toel kodu ja perekonna tähtsust oma elus; 2) kirjeldab oma pere traditsioone; 3) kirjeldab ja väärtustab oma kodukohta;</p>	<p>Mina. Igaühe individuaalsus ja väärtuslikkus, sooline kuuvus. Mina ja endasse suhtumine. Lapse õigused ja kohustused. Sõbrad ja tuttavad: sõprade va- limine ja hoidmine, ühistegevus. Klassiõhtu, sisukate peotegevuste valik ja planeerimine. Eakaaslaste ja täiskasvanute kõnetamine. Abivalmidus klassis: abi vajamine ja küsimine, abi vastuvõtmine, abivajajate märkamine ja abi pakkumine. Vägivaldne käitumine: tõukamine, ehmatamine, narrimine jne, võimalikud konfliktid igapäeva koolielus. Teatamine, kaebamine.</p> <p>Õppimise tervishoid: rüht, õige istumine, silmade tervishoid, puhkus, sport. Kahjulikud harjumused: liigne televiisori vaatamine ja arvuti kasutamine jms. Suitsetamine ja alkoholi tarvitamine, nende mõju füüsilisele tervisele ja õppimisvõimele.</p> <p>Isiklikud toitumisharjumused, mõju enesetundele. Esmased kodused ravivõtted külmetushaiguste korral. Esmaabi lihtsamate vigastuste puhul: löikehaav, ninaverejooks jne.</p> <p>Minu sugupuu: perekond ja lähisugulased. Pereliikmete lahkumine ja lein, käitumine matustel ja surnuaias.</p> <p>Maa- ja linnakodu: hooned, puhtus, korrashoid. Kodutus, lastekodu kui üks peretüüp.</p> <p>Kodukoha sümbolid: lipp, vapp. Kodukoha rikkused. Transpordivahendid kodukohas tänapäeval ja minevikus. Sõidupilet ühissõidukis: ostmine jm toimingud. Muuseumid kodukohas, käitumine muuseumis.</p> <p>Pühad ja kombed: aastavahetus, Eesti Vabariigi aastapäev, vastlapäev, jaanipäev jne.</p>
--	---	---

	<p>4. INIMENE JA AEG</p> <p>tunneb kella veerandtunnise täpsusega, seostab kellaagegu oma päevakavaga;</p> <p>5. INIMENE JA TEAVE</p> <p>leiab koostegevuses teavet koolistendilt ja kooli kodulehelt;</p> <p>6. INIMENE JA TÖÖ. INIMENE JA ASJAD</p> <p>1) teab erinevaid ameteid; mõistab töö vajalikkust ja väärtuslikkust;</p> <p>2) planeerib täiskasvanu abiga oma taskuraha kulutamist;</p> <p>7. INIMENE, SÄÄSTLIKKUS JA TURVALISUS</p> <p>1) tunneb koolielus ära konfliktsituatsiooni ning teab, mis juhtudel on vaja sellest täiskasvanule/õpetajale teatada;</p> <p>2) sorteerib täiskasvanu suunamisel klassis ja kodus tekkivaid olmejäätmekäitmeid;</p> <p>3) teab ja kirjeldab turvalise käitumise viise igapäevaelus (liiklemine kooliteel, jalgrattaga sõitmine, tulekahju vältimine, käitumine veekogu juures ja metsas).</p>	<p>Kellaaja määramine veerandtunnise täpsusega. Kellaajast kinnipidamine: täpsus, hilinemine, selle tagajärjed.</p> <p>Õpilase päevakava koostamine, õppimine, puhkus, vaba aja tegevused.</p> <p>Koolistend, kooli koduleht, ajakiri lastele, kuulutus ajalehes/stendil: teabeallikate kasutamine. Kirja saatmine.</p> <p>Töö, selle eesmärk ja tulemus: produkt, tasu. Pereliikmete tööd: tööde jaotus, koostöö koduses majapidamises.</p> <p>Õpilase töö koolis, kohuse- ja vastutustunne töö tegemisel, tööarmastus.</p> <p>Lapse taskuraha, selle otstarbekas kulutamine: lihtsamate ostude sooritamine. Raha kogumine.</p> <p>Ostud toidupoes: ostja ja müüja suhtlemine, raha kasutamine lihtsamates tehingutes. Tehingud postkontoris.</p> <p>Olmejäätmekäitmete tekkimine klassis ja kodus majapidamises: tegevused, nende tagajärjed tekkiv prügi. Jäätmekäitmete individuaalne käitlemine.</p> <p>Liiklusmäärgid kodu ümbruses ja kooliteel: ülesanne, vajalikkus. Jalgrattaga (rulaga, rulluiskudega) sõitmine ja ohud.</p> <p>Tuleohutuseeskirjade järgimine lapse igapäevastes tegevustes. Käitumine tulekahju korral. Käitumine tulekahjuhäire korral.</p> <p>Käitumine veekogude juures, basseinis, veekeskuses.</p>
--	---	---

		Käitumine metsas, loodusmatkal: loodussäästlik käitumine, käitumine eksimise korral.
5.klass		
6.klass	<p>1. SUHTLEMINE EAKAASLASTE JA TÄISKASVANUITEGA 1) märkab ja jätab suhtlemisel meelde kaaslaste seisukohti, eristab kohast ja kohatut käitumist/suhtlemist; 2) analüüsib ja hindab õpetaja suunamisel enda ja kaaslaste emotsionaalseid seisundeid ja käitumist (käitumise eesmärk, põhjus–tagajärg suhe); 3) kasutab tuttavates olukordades suhtlemissituatsioonist, -partnerist ja -eesmärgist lähtuvalt erinevaid väljendusviise; 4) mõistab vabandamist kui oma süüst/eksimusest arusaamist ja kahetsemist;</p> <p>2. MINA ISE kirjeldab ja hindab plaanile toetudes oma huvisid ja toimetulekut koolis (õnnestumised, raskused jms);</p> <p>3. INIMESE TERVIS 1) teab inimese organismi üldist ülesehitust, tunneb joonisel inimfiguuris ära elutähtsad organid; 2) nimetab ebatervisliku toitumise võimalikke tagajärgi, oskab valida erinevate toitude hulgast tervisele kasulikke; 3) kirjeldab uimastite mõju organismile ja käitumisele;</p>	<p>Miks ja kuidas suhtleme: rääkimine ja kuulamine. Pinged-konfliktid, arusaamatused, nende vältimine ja lahendamine. Valetamine, hädavale, süüteo ülestunnistamine, vabandamine. Iseseisvumine.</p> <p>Suhtlemine vastassugupoolega (tähelepanu köitmine, tunnete verbaalne ja mitteverbaalne väljendamine).</p> <p>Reageerimine (eba)meeldivatele ettepanekutele. Suhtlemine sotsiaalvõrgustikes, enda kohta edastatava infoga seotud turvalisus ja ohud.</p> <p>Minapilt, minu võimed ja oskused, huvitegevus. Õppimine ning mis segab õppimist. Inimeste sarnasused ja erinevused. Enesehinnang.</p> <p>Sissejuhatus inimese anatoomiasse lähtuvalt elundite funktsionidest.</p> <p>Toidu- ja toitained. Toiduainete pakendiinfo (eri toitainete sisaldumine; parim enne jms). Kiirtoit – populaarsuse põhjused, mõju inimese organismile. Üle- ja alatoitumine (dieetid ja näljutamine), selle mõju tervisele.</p> <p>Esmaabi (toidu- jms) mürgituse, looma- ja putukahammustuse korral.</p> <p>Uimastite (sh alkoholi ja tubaka) mõju organismile, käitumisele. Energiajoogid.</p>

	<p>4. INIMESE ARENG teab murdeeaga seotud muutusi inimese kehas ja käitumises, mõistab arengu individuaalsust;</p> <p>5. INIMESE VÄLIMUS hoolitseb oma välimuse eest ja valib olukorrale vastavad rõivad;</p> <p>6. INIMENE JA KODU koostab õpetaja juhendamisel kodu korrashoiuga seotud tegevuste plaani (tööde järjekord, vahendid, tööjaotus);</p> <p>7. INIMENE JA TEAVE</p>	<p>Murdeiga, muutused tüdrukute ja poiste organismis. Erinev arengutempo ja muutuste aktsepteerimine.</p> <p>Poiste ja tüdrukute hügieen, ravikosmeetika vajadus ja kasutamine.</p> <p>Muutused tüdrukute ja poiste käitumises, sh suhtlemises; sobivad ja ebasobivad käitumismallid.</p> <p>Riietumine (olukorrale ja kehaehitusele sobiva riietuse, jalanõude valik, noortemood – riietusesemete otstarbekus).</p> <p>Riiete ja jalanõude puhtus-korrashoid: pesemis- ja hooldusvahendite kasutamine, keemiline puhastus. Juuste igapäevane hooldamine: hooldusvahendid, suhtlemine juuksuriga. Küünte hooldamine, maniküür, pediküür.</p> <p>Kodu ja koduümbrus (kirjeldus, soovid muudatuste osas; igapäevane korrashoid). Suurpuhastus kodus (tööde järjekord, jagamine pereliikmetega, vahendid). Külaskäik ja külaliste vastuvõtmine (suulise ja kirjaliku kutse saamine, ettevalmistused sõltuvalt küllakutsest, külas viibimine). Kodukoha (ja Eesti riigi) tuntud inimesed, nende tegevusalad, elukutsed (seos päevakohaste sündmustega). Kodukoha ettevõtted ja nende toodang, töötajate ametid.</p> <p>Olulisemad päevauudised, nende edastamine kaaslastele. Teatmeteosed, Internet (kodukoha tuntumate paikade ja</p>
--	---	---

	<p>1) hangib õpetaja juhendamisel teavet kaaslastelt (küsimuste esitamine) ja eriliigilistest tekstidest (internet, meedia, teatmeteosed, sõiduplaanid);</p> <p>2) oskab kasutada kodukoha ühistranspordi sõiduplaane;</p> <p>3) mõistab telefoni ja meedia (sh arvutimängud, sotsiaalmeedia, televisioon jmt) otstarbeka kasutamise vajalikkust ning teab võimalikke riske;</p> <p>8. INIMENE, SÄÄSTLIKKUS JA TURVALISUS</p> <p>1) teab kodukeemia ja ravimite väärkasutuse tagajärgi ja selle ennetamise võimalusi;</p> <p>2) kirjeldab peamisi tule- ja veeohutuse nõudeid ning käitumisstrateegiaid vastavate õnnetusjuhtumite korral</p>	<p>inimeste kohta lühiinfo hankimine ja edastamine koostegevuses).</p> <p>Transport kodukohas, kodukoha ümbruses (orienteerumine sõiduplaanides, teabe hankimine; sõidusoodustused).</p> <p>Telefoni ja meedia (sh arvutimängud, sotsiaalmeedia, televisioon jmt) otstarbeka kasutamise vajalikkus, teab võimalikke riske.</p> <p>Kodukeemia kasutamine (WC, vanni, pliidi ja akna puhastamine), piktogrammide pakendil, kodukeemia väärkasutuse võimalikud tagajärjed. Tulekahju tekkimise ohud koduses majapidamises: ohuolukorra hindamine, tulekahju kustutamine (esimeste tulekustutusvahendite kasutamine, hädaabi). Ohutusnõuded ujumisel ja veesõidukite kasutamisel, päästevahendite kasutamine.</p>
7.klass		
8.klass		
9.klass		