

## Inimeseõpetuse ainekava 7. klass „Inimene“

Õppesisu	Laiendav ja süvendav teema	Taotletavad õpitulemused	Läbivad teemad	Lõiming aineti
Areng ja kasvamine. Arengut ja kasvamist mõjutavad tegurid. Inimese elukaar. Murde- ja noorukiea koht elukaares. (3 tundi)	Elukaare etapid. Muutunud suhted lähedastega.	Õpilane iseloomustab murde- ja noorukiea arenguülesandeid üleminekul lapseest täiskasvanuikka. Õpilane kirjeldab, kuidas mõjutavad inimese kasvamist ja arengut pärilikud ning keskkonnategurid.	Ü: enesemääratluspädevus, sotsiaalne pädevus, suhtluspädevus. L: keskkond ja jätkusuutlik areng, tervis ja ohutus, elukestev õpe ja karjäär planeerimine.	eesti keel ja kirjandus: Kirjeldab inimese elukaart kui tervikut ja eri perioodide tähtsust järgnevate perioodide arenguülesannete täitmisel bioloogia (pärilikkus).
Inimene oma elutee kujundajana. Enesekasvatuse alused ja võimalused. Vastutus seoses valikutega. (2 tundi)		Õpilane toob näiteid inimese võimaluste kohta ise oma eluteed kujundada ning mõistab enda vastutust oma elutee kujundamisel. Õpilane kirjeldab põhilisi enesekasvatuse võtteid: eneseveenmist, enesetreeningut, eneseergutust ja -karistust ning enesesisendust.	Ü: enesemääratluspädevus, suhtluspädevus, väärtuspädevus, õpipädevus. L: kodanikualgatus ja ettevõtlikkus, tervis ja ohutus, väärtused ja kõlblus, elukestev õpe ja karjääri planeerimine.	eesti keel ja kirjandus: Toob näiteid inimese võimalustest oma eluteed positiivses suunas kujundada selgitades oma seisukohti. ajalugu (silmapaistvad isikud kodukohas, Eestis, maailmas), ühiskonnaõpetus (õiguste, kohustuste ja vastutuse osakaal).
Minapilt ja enesehinnang. Eneseanalüüs: oma iseloomujoonte, huvide, võimete ja	Suhtlemise tasemed. Haridus kui väärtus.	Õpilane selgitab, mis on minapilt ja enesehinnang. Õpilane kirjeldab positiivse endassesuhtumise kujundamise ja säilitamise võimalusi.	Ü: enesemääratluspädevus, sotsiaalne pädevus, suhtluspädevus, väärtuspädevus, õpipädevus. L: kodanikualgatus ja ettevõtlikkus, tervis ja	eesti keel ja kirjandus, tehnoloogiaõpetus Töö arvutiga (oma töö ja selle tulemuste analüüsimine ja hindamine, sobivad rõivad, isikupärased esemed),

väärtuste määramine. (3 tundi)		Õpilane kasutab eneseanalüüsi oma teatud iseloomujooni, huve, võimeid ja väärtusi määrares. Õpilane väärtustab võimalusi oma iseloomu, huve, võimeid ja väärtusi positiivses suunas kujundada ning toob nende kohta näiteid. Õpilane kirjeldab inimeste erinevaid iseloomujooni, huve, võimeid ja väärtusi ning mõistab toetavate suhete rikastavat iseloomu.	ohutus, väärtused ja kõlblus, elukestev õpe ja karjääri planeerimine.	ühiskonnaõpetus (aja ja kulutuste planeerimine).
Konfliktide vältimine ja lahendamine. (3 tundi)	Konfliktid kodus, nende põhjused ja toimetulek. Väärtused ja väärtuskonfliktid.	Õpilane kirjeldab suhete säilitamise ning konfliktide vältimise võimalusi. Õpilane demonstreerib õpituatsioonis tõhusaid konfliktide lahendamise viise.	Ü: enesemääratluspädevus, sotsiaalne pädevus, suhtluspädevus, õpipädevus. L: tervis ja ohutus, väärtused ja kõlblus, elukestev õpe ja karjääri planeerimine.	ühiskonnaõpetus (kooli sisekord, sõpruskond, koolipere).
Erinevad rühmad ja rollid. Rollide suhtelisus ja kokkuleppelisus. Reeglid ja normid rühmas. Inimsuhteid toetavad reeglid ja normid.(3 tundi)	Murdealise õigused ja kohustused.	Õpilane iseloomustab erinevaid rühmi ning liigitab neid suuruse, liikmetevahelise läheduse ja ülesande järgi. Õpilane kirjeldab inimeste erinevaid rolle rühmades ning nende mõju inimese käitumisele.	Ü: enesemääratluspädevus, sotsiaalne pädevus, suhtluspädevus, väärtuspädevus. L: kodanikualgatus ja ettevõtlikkus, tervis ja ohutus, väärtused ja kõlblus, kultuuriline identiteet.	eesti keel ja kirjandus; ühiskonnaõpetus (rahvusvähemused, sallivus, inimõigused), käsitöö ja kodundus (etikett, meeskonna juhtimine).

		<p>Õpilane mõistab normide ja reeglite vajalikkust ühiselu toimimisel ja korraldamisel;</p> <p>Õpilane võrdleb erinevate rühmade norme ja reegleid ning kirjeldab nende erinevusi.</p>		
<p>Rühma kuulumine, selle positiivsed ja negatiivsed küljed. Hoolivus rühmas. Rühma surve ja toimetulek sellega. Sõltumatus, selle olemus. Autoriteet. (4 tundi)</p>	<p>Juhtimine, võim ja autoriteet grupis. Juhtimisstiilid.</p>	<p>Õpilane kirjeldab rühma kuulumise positiivseid ja negatiivseid külgi.</p> <p>Õpilane demonstreerib õpitu olukorras toimetulekut rühma survega.</p> <p>Õpilane selgitab sõltumatuse ja autoriteedi olemust inimsuhtes.</p> <p>Õpilane väärtustab inimsuhteid toetavaid reegleid ja norme.</p>	<p>Ü: enesemääratluspädevus, sotsiaalne pädevus, suhtluspädevus, väärtuspädevus.</p> <p>L: kodanikualgatus ja ettevõtlikkus, tervis ja ohutus, väärtused ja kõlblus, kultuuriline identiteet, elukestev õpe ja karjääri planeerimine.</p>	<p>eesti keel ja kirjandus</p> <p>Õpilane kirjeldab rühma kuulumise positiivseid ja negatiivseid külgi, ühiskonnaõpetus (seadus kui regulatsioon), ajalugu (traditsioonide muutumine ajas), kehaline kasvatus (aus mäng – ausus ja õiglus spordis ja elus).</p>
<p>Tõhusad enesekohased ja sotsiaalsed oskused, et vältida riskikäitumist: emotsioonidega toimetulek, enesetunnetamine, kriitiline mõtlemine, probleemide lahendamine, suhtlusoskus. (3 tundi)</p>		<p>Õpilane demonstreerib õpitu olukorras, kuidas kasutada tõhusaid sotsiaalseid oskusi uimastitega seotud olukorrad: emotsioonidega toimetulek, enesetunnetamine, kriitiline mõtlemine, probleemide lahendamine ja suhtlemisoskus.</p>	<p>Ü: enesemääratluspädevus, sotsiaalne pädevus, suhtluspädevus, väärtuspädevus.</p> <p>L: tervis ja ohutus, väärtused ja kõlblus.</p>	<p>ühiskonnaõpetus (koostöö ja ühistegevus, kommunikatsioonivõimalused).</p>

<p>Hakkamasaamine kiusamise ja vägivallaga. Erinevad legaalsed ja illegaalsed uimastid. Uimastite tarvitamise lühi- ja pikaajaline mõju. (4 tundi)</p>	<p>Erinevate uimastitega seotud riskid. Info- ja kommunikatsioonitehnoloogia kasutamine eluliste probleemide lahendamisel.</p>	<p>Õpilane demonstreerib õpituatsioonis tõhusaid käitumisviise kiusamise ja vägivalla korral koolis. Õpilane eristab legaalseid ja illegaalseid uimasteid. Õpilane kirjeldab uimastite tarvitamise lühi- ja pikaajalist mõju inimese füüsilisele tervisele.</p>	<p>Ü: enesemääratluspädevus, sotsiaalne pädevus, suhtluspädevus, väärtuspädevus, õpipädevus. L: kodanikualgatus ja ettevõtlikkus, tervis ja ohutus, väärtused ja kõlblus, tehnoloogia ja innovatsioon.</p>	<p>loodusõpetus, bioloogia (kesknärvisüsteemi ehitus ja talitus), ühiskonnaõpetus (kooli sisekord), kehaline kasvatus (ohutu liikumine ja liiklemine, kehalise aktiivsuse mõju tervisele).</p>
<p>Varane ja hiline küpsemine – igäühel oma tempo. Muutunud välimus. Nooruki põhimured küpsemisperioodil. Suguküpsus. (3 tundi)</p>	<p>Ohud ja probleemid seoses füüsilise minaga. Oma füüsilise mina aktsepteerimine.</p>	<p>Õpilane kirjeldab põhimuresid küpsemisperioodil ning nendega toimetuleku võimalusi. Õpilane selgitab, milles seisneb suguküpsus.</p>	<p>Ü: enesemääratluspädevus, suhtluspädevus. L: tervis ja ohutus.</p>	<p>bioloogia (inimese paljunemine ja areng).</p>
<p>Naiselikkus ja mehelikkus. Soorollid ja soostereotüübid. Lähedus suhetes. Sõprus. Armumine. Käimine. Lähedus ja seksuaalhuvi. Vastutus seksuaalsuhetes ja turvaline</p>	<p>Meedia mõju mehelikkuse ja naiselikkuse mõistmisel ja hindamisel. Kiindumussuhete olemus. Noorukite kiindumussuhted.</p>	<p>Õpilane kirjeldab omadusi, mis teevad noormehe ja neiu meeldivateks suhtluskaaslasteks. Õpilane selgitab soorolli olemust ning kirjeldab soostereotüüpset suhtumist. Õpilane kirjeldab inimliku läheduse erinevaid avaldumisviise: vastastikust seotust ja meeldimist, sõprust ja armumist.</p>	<p>Ü: enesemääratluspädevus, sotsiaalne pädevus, suhtluspädevus, väärtuspädevus. L: kodanikualgatus ja ettevõtlikkus, tervis ja ohutus, väärtused ja kõlblus, kultuuriline identiteet.</p>	<p>eesti keel ja kirjandus Selgitab oma sõnadega soorolli olemust ning soostereotüüpse suhtumise mõju inimestevahelisele suhtlemisele ja suhetele tuues välja võimalikud ohud. Selgitab ja analüüsib olukordi, kus avalduvad inimliku lähenemise erinevad viisid: seotus, meeldimine, sõprus ja armumine. Selgitab oma arvamusi ja seisukohti seostades neid omandatud teadmistega noorukite kiindumussuhete eripära ning käimise kui sotsiaalse tava kohta.</p>

seksuaalkäitumine. (5 tundi)		Õpilane kirjeldab, milles seisneb inimese vastutus seksuaalsuhetes. Õpilane selgitab turvalise seksuaalkäitumise põhimõtteid.		Selgitab oma seisukohti seoses vastutusega seksuaalsuhetes ja turvalise seksuaalkäitumisega seostades neid omandatud teadmistega seksuaalsusest, ühiskonnaõpetus (sooline võrdõiguslikkus, teadlik infotarbimine ja -elistamine) bioloogia (inimese paljunemine ja areng).
Õnn. Toimetulek iseenda ja oma eluga õnne eeldusena. (2 tundi)	Väärtused kui valikute mõõdupuu.	Õpilane mõistab, et toimetulek iseenda ja oma eluga tagab õnne ning rahulolu.	Ü: enesemääratluspädevus, sotsiaalne pädevus, suhtluspädevus, väärtuspädevus. L: elukestev õpe ja karjääri planeerimine, väärtused ja kõlblus.	eesti keel ja kirjandus intervjuu tuntud inimesega