

# Inimeseõpetus

Põhikooli lihtsustatud õppekava

MÄETAGUSE PÕHIKOOI

# Sisukord

1	Inimeseõpetus.....	3
1.1	Üldalused.....	3
1.1.1	Õppeaine kirjeldus ja eesmärk .....	3
1.1.2	Inimeseõpetuse aine üldalused .....	3
1.1.3	Ainevaldkonna õppeainete arvestuslik maht .....	4
1.1.4	Õppetegevuse kirjeldus arenguperioodide kaupa .....	4
1.1.5	Õppetegevuse kirjeldus kooliastmete kaupa .....	7
1.1.6	Üldpädevused .....	8
1.1.7	Läbivate teemade rakendamine inimeseõpetuses .....	9
1.1.8	Inimeseõpetuse lõiming teiste õppeainetega .....	11
2	Õpitulemused I kooliastmes .....	12
2.1	3. klassi lõpetaja: .....	12
2.1.1	Õpitulemused 1. klassis .....	12
2.1.2	Õpitulemused 2. klassis .....	13
2.1.3	Õpitulemused 3. klassis .....	13
	1. klass inimeseõpetus .....	15
	2. klass inimeseõpetus .....	19
	3. klass inimeseõpetus .....	24
3	Õpitulemused II kooliastmes .....	28
3.1	6. klassi lõpetaja: .....	28
3.1.1	Õpitulemused 4. klassis .....	28
3.1.2	Õpitulemused 5. klassis .....	29
3.1.3	Õpitulemused 6. klassis .....	29
	4. klass inimeseõpetus .....	31
	5. klass inimeseõpetus .....	36
	6. klass inimeseõpetus .....	40
4	III kooliaste inimeseõpetus .....	46
4.1	Õpitulemused III kooliastmes .....	46
4.1.1	Õpitulemused 7. klassis .....	46
4.1.2	Õpitulemused 8. klassis .....	47
4.1.3	Õpitulemused 9. klassis .....	48
	7. klass inimeseõpetus .....	49
	8. klass inimeseõpetus .....	55
	9. klass inimeseõpetus .....	60

# 1 Inimeseõpetus

## 1.1 Üldalused

### 1.1.1 Õppeaine kirjeldus ja eesmärk

Inimeseõpetusega taotletakse, et põhikooli lõpuks õpilane:

1. tunneb oma keha ning mõistab inimese kasvamise ja arenemisega seotud muutusi ning vastutust (nt seksuaalsuse olemus ja sellega seotud vastutus, töövõime jne);
2. hoiab oma tervist, järgides tervislikku eluviisi, käitub nii, et ei sea ohtu enda, teiste inimeste ega keskkonna turvalisust;
3. märkab ja mõistab kaaslaste ning iseenda emotsionaalseid seisundeid, käitumisviise; oskab neid hinnata ja nendega toime tulla;
4. hoiab puhtust ja korda; orienteerub eluasemega seotud küsimustes, omandab teadmised ja oskused majandamiseks, koduse elu korraldamiseks;
5. suudab täiskasvanu suunamisel eristada ning teadvustada oma oskusi ja võimeid, otsib erinevatest teabeallikatest võimete kohaseid jätkuõppevõimalusi ja teeb enda jaoks optimaalseid valikuid;
6. tunneb huvi ümbritseva ühiskonna elu vastu;
7. tunneb olmesuhtlemiseks vajalikke kodanikuõigusi ja -kohustusi, järgib sotsiaalseid nõudeid ja käitumisetiketti.

### 1.1.2 Inimeseõpetuse aine üldalused

Inimeseõpetus on lõimitud õppeaine. Ainekava sisaldab nelja põhilist teemade valdkonda: sotsiaalsed toimetulekuoskused (sh enesekohased oskused ja suhtlemisoskused), terviseõpetus, igapäevane elukorraldus ning ühiskonnaõpetus, viimane on lõimitud 1.-5.klassis. Lisaks on inimeseõpetus seotud karjääri planeerimisega, mille osaoskuste arendamine sisaldub nii sotsiaalsete oskuste kui ka igapäevase elukorralduse teemade valdkonnas. Kõikide teemade juures on õpetuse rõhuasetus valdavalt sotsiaalsel ning probleeme ennetaval aspektil. Aine käsitluse kaudu aidatakse õpilastel õppida tundma oma keha, mõistma ja reguleerima oma tunnetustegevust, võimalikult adekvaatselt hindama enda omadusi ja võimeid ning ümbritsevat keskkonda, sh selle võimalusi ja ohte; kujundatakse positiivse sotsiaalse käitumise oskuseid (toimetulek enese, teiste ning ühiseluga). Õpetuse eesmärk (integreeritult teiste ainetega ning järjepideva kasvatustegevusega) on aidata õpilasel kujuneda isiksuseks, kes on võimeline kohanema ümbritsevas keskkonnas ning toime tulema iseseisvas praktilises elus.

Inimeseõpetuse õppesisu on koostatud ja selle rakendamine toimub kontsentriilselt: samade teemade puhul laieneb aastast aastasse õppesisu ning suurenevad nõudmised õpitulemustele. Korduvate teemade puhul on iga klassi ainekavas märgitud ainult uus õppesisu: kontsentriiline käsitus eeldab, et eelnevalt õpitut korratakse või tuletatakse meelde, vajadusel kujundatakse puuduvaid teadmisi-oskusi. Kontsentriilist ainekäsitlust toetab järjepidev ainetevahelise integratsiooni rakendamine ning eakohaste üldpädevuste kujundamine.

Inimeseõpetuse ja teiste õppeainete vaheline lõiming avaldub nii temaatika, kasutatavate (aktiiv)õppemeetodite kui omandatavate pädevuste tasandil. Väga tihe on seos emakeele (sõnavara, lausemallid, tunnetustegevus, etiketikäitumine, suhtlemine jne) ja tööõpetuse ainega (kultuuripärand, säästlikkus ja turvalisus (ohutustehnika), tööprodukti esteetiline välimus jne), samuti loodusõpetuse ja matemaatika ainega.

Inimeseõpetuse teemade käsitlemisel kasutatakse aktiivõppemeetodeid. 1.-5.klassis kasutatakse palju mängulisi elemente ja õppemänge. Teadmiste-oskuste kinnistamiseks loodavates tegevus- ja suhtlussituatsioonides (sh rollimängudes) kujundatakse järjepidevalt oskust mõista, valida ja kasutada variatiivseid repliike, mitteverbaalseid väljendusi (miimika, žestid); harjutatakse etiketikäitumist (nt tervitamine, võõra poole pöördumine jne); kujundatakse turvalise ja loodussäästliku käitumise teadmisi-oskusi.

### **1.1.3 Ainevaldkonna õppeainete arvestuslik maht**

Ainekavades kirjeldatud õpitulemuste saavutamiseks on õppeainete arvestuslikud nädalatunnid kooliastmeti järgmised:

Nädalatundide arv on järgmine:

1. klass 1 tund nädalas
2. klass 1 tund nädalas
3. klass 1 tund nädalas
4. klass 2 tundi nädalas
- 5.klass 2 tundi nädalas
6. klass 2 tundi nädalas
7. klass 2 tundi nädalas
8. klass 2 tundi nädalas
9. klass 1 + 1 tund nädalas

### **1.1.4 Õppetegevuse kirjeldus arenguperioodide kaupa**

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.

## Õppetegevus 1.–2. klassis

1.–2. klassis on inimeseõpetuse põhisuks lähiümbruse märkamine, selle teadvustamine (suhtes mina ja meie) ning sotsiaalse kompetentsuse arendamine. Õpitakse koos tegutsema nii matkides kui ka eeskuju 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.

Õpitakse (mängu)asjade kasutamist ja hoidmist, mängus osalemist, reeglitest kinnipidamist, mängu algatamist, rollide ja vajalike mänguasjade jagamist jne. Kohati võib olla keeruline rollimängudes osamine. Õpilased vajavad pidevat motiveerivat tagasisidet oma tegevuse ja saavutuste kohta.

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).

## Õppetegevus 3.–5. klassis

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 käitumisnorme. Õpitakse märkama, eristama ja mõistma igapäevaelu olukordi, sealhulgas ohuolukordi, verbaalseid ja mitteverbaalseid eneseväljendusviise, tundeid jms. Täiendatakse ühis- ja koostevõime oskusi (sh hooliv ja teisi arvestav suhtlemine) ja viisaka käitumise oskusi. Õpetaja abiga saab õpilane aru pere ja koduga seotud temadest, teadvustab laste ning vanemate vastastikuseid õigusi ja kohustusi.

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.

## Õppetegevus 6.–7. klassis

6.–7. klassis täienevad õppetegevuse käigus õpilaste sotsiaalsed suhtlemis- ja käitumisoskused. Harjutatakse suhtlemist ja koostegevuse reguleerimist dialoogis (osalemine rühmatöodes, rollimängudes, kutse koostegevusele, 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. Vanuselisel 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 ühiskonnainormidele).

## 1.1.5 Õppetegevuse kirjeldus kooliastmete kaupa

### Õpitulemused I kooliastmes

#### 3. klassi lõpetaja:

1. alustab ja jätkab dialoogi (vastab küsimusele, esitab küsimusi, nõustub või loobub kutsest);
2. teab viisaka käitumise reegleid, püüab neid täita;
3. hindab õpituatsioonis enda ja kaaslaste igapäevast käitumist (õige/vale, meeldib / ei meeldi);
4. tunneb ära ja nimetab näoilme ja hääletooni järgi kaaslaste 4–6 emotsiooni;
5. nimetab, mille poolest ta teistega sarnaneb ja mille poolest teistest erineb, teab oma keha osasid;
6. räägib õpetaja suunamisel ja abivahendite toel tervisliku eluviisi põhimõtetest: liikumine, toitumine, puhkus ja enese eest hoolitsemine;
7. hoolitseb oma hügieeni eest, hoiab puhtust ja korda;
8. teab, mis on perekond, kodu, kodukoht ja kodumaa, ning Eesti riigi sümboleid;
9. liikleb ohutult kooliteel ning palub abi õnnetusjuhtumi korral.

### Õpitulemused II kooliastmes

#### 6. klassi lõpetaja:

1. märkab ja aktsepteerib inimeste erinevusi (rahvus, välimus, vanus, tervis jm);
2. leiab õpetaja juhendamisel infot erinevatest teabeallikatest (sh tekstidest ja internetist);
3. tunneb kella ja kalendrit ning seostab seda oma elu tegevuste ja sündmustega;
4. mõistab oma õigusi ja kohustusi (suhtlemine, käitumine, õppetöö) ning teadvustab põhjuseid ja tagajärgi;
5. analüüsib ja hindab enda ja kaaslaste käitumist ning kasutab tuttavates olukordades situatsioonist lähtuvalt erinevaid väljendusviise;
6. teab murdeeaga seotud muutusi ning oma välimuse, hügieeni ja tervise eest hoolitsemise võimalusi;
7. teab riskikäitumisega kaasnevaid ohtusid liikluses, vees, tule kasutamisel, toitumisel, uimastite tarbimisel ja internetis suhtlemisel, oskab abi küsida;
8. teab olmejäätmete käitlemise viise koduses majapidamises, oskab prügi sorteerida;
9. selgitab, milleks kasutatakse raha; mõistab, et tema soovide täitumine sõltub vajadustest ja pere sissetulekust.

### Õpitulemused III kooliastmes

#### 9. klassi lõpetaja:

1. mõistab ühiselu reegleid; suhtleb tavaolukordades vastavalt olukorrale ning reageerib adekvaatselt kohatule käitumisele enda ja teiste suhtes;
2. väärtustab turvalisi lähisuhteid; teab peremudeleid ja kirjeldab pereliikmete rolli perekonnas; mõistab lapse saamisega seotud vastutust;

3. mõistab seksuaalsuse olemust ja seksuaalse arengu individuaalsust; teab turvalise seksuaalkäitumise põhimõtteid ja oma vastutust selles;
4. teab oma tugevaid ja nõrku külgi; otsib erinevatest teabeallikatest võimetekohaseid jätkuõppevõimalusi ja teeb enda jaoks optimaalseid valikuid;
5. teab, kuidas kodust ja tööelu korraldada (eluaseme soetamine, raha teenimine ja kulutamise planeerimine; lepingutega seotud kohustused ja õigused);
6. mõistab riskikäitumisega kaasnevaid ohtusid (liiklus, vesi, nutivahendite kasutamine, toitumine, uimastid), oskab ohuolukorras reageerida;
7. oskab küsida teavet ning kasutada erinevaid teabeallikaid (sh nõustamis- ja kriisiabi leidmiseks);
8. teab riigi toimimise üldisi põhimõtteid (sh tervishoiusüsteemi, maksude suhtes); tunneb end Eesti kodanikuna.

### 1.1.6 Üldpädevused

**Kultuuri- ja väärtuspädevus** – tunnetab end oma rahvuse liikmena ja Eesti kodanikuna, suhtub teistest rahvustest inimestesse eelarvamuste vabalt ja lugupidavalt, tunneb ja austab oma keelt ja kultuuri ning väärtustab eesti keele ja kultuuri säilimist ja arengut; tunneb ja järgib üldtunnustatud väärtusi ja reegleid/kokkuleppeid, ei jää ükskõikseks, kui neid eiratakse, ning sekkub vajaduse korral oma võimaluste piires;

**Sotsiaalne ja kodanikupädevus** – on aktiivne ja vastutustundlik kodanik, kes on huvitatud oma kooli, kodukoha ja riigi arengust; teab oma peamisi õigusi ja kohustusi, oskab nende eest seista, arvestab rühma huvitsid ja isiklikku huvi; järgib vastutustundlikult ühiselu reegleid, konflikte lahendades arvestab seadusi ning moraalinorme. Koostööoskuseid kujundatakse paaris- ja rühmatöös meeskonnas töötades;

**Enesemääratluspädevus** – mõistab ja väärtustab iseennast ja enda arengut, hindab adekvaatselt oma võimeid ja toimetulekut igapäevaelus, juhib oma käitumist erinevates olukordades; väärtustab tervislikku eluviisi, on füüsiliselt aktiivne;

**Õpipädevus** – õpib vastavalt oma võimetele, planeerib õppimist sh aja- ja koha valikut ning kasutab õppimisel lihtsamaid õpistrateegiaid, järgib kavandatut, seab eesmärgid (eneseregulatsioon). Täidab korrektselt jõukohaseid ülesandeid individuaalselt ja rühmas, kasutab sobivaid teabevahendeid. On avatud uutele teadmistele ja oskustele;

**Suhtluspädevus** – suhtleb olukorda ja suhtlemispartnereid arvestades, esitab oma soove, selgitab oma seisukohti, küsib vajadusel abi, osaleb täiskasvanu suunamisel arutelus; loeb, mõistab, kirjutab ja loob tekste iseseisvaks toimetulekuks vajalikul tasemel, kasutab teabevahendeid info saamiseks; esineb ja analüüsib täiskasvanu toel oma sooritust, oskab anda ja vastu võtta konstruktiivset tagasisidet;

**Matemaatika-, loodusteaduste- ja tehnoloogiaalane pädevus** – kasutab lihtsat matemaatikale ja loodusteadustele omast keelt ja sümbolit; lahendab elulisi probleemsituatsioone, kasutades omandatud matemaatilisi, loodusteaduslikke ja/või tehnoloogiaalaseid teadmisi-oskusi ning

(abi)vahendeid; mõistab inimese ja keskkonna vahelisi seoseid, suhtub elukeskkonda vastutustundlikult ja hoolivalt, elab ning tegutseb loodust ja keskkonda säästvalt;

**Ettevõtlikkuspädevus** – uue oskuse omandamiseks panustab oma aega ja energiat, on tegutsemisaldis ning algatusvõimeline, oskab eesmärkide saavutamiseks teha koostööd paaris- ja grupitöös, viib alustatud tegevuse lõpule, reageerib muutustele paindlikult, väärtustab praktilist tööd ja on valmis kutse- ja elukestvaks õppeks. Hindab adekvaatselt oma võimeid, püstitab ja täidab endale seatud eesmärke ning võtab vastutuse oma tegude eest;

**Digipädevus** – orienteerub ja tegutseb infotehnoloogilises maailmas eesmärgipäraselt. On teadlik digikeskkonna ohtudest, oskab end kaitsta ja teab, kust saada abi. Otsib ja kasutab infot, tunneb lihtsamaid programme ja keskkondi. Järgib digikeskkonnas üldkehtivaid moraali- ja väärtuspõhimõtteid. Digitaalset sisu luues või koostades arvestab autoriõigustega.

### **1.1.7 Läbivate teemade rakendamine inimeseõpetuses**

#### **Elukestev õpe ja karjääri planeerimine**

Taotletakse õpilase kujunemist isiksuseks, kes on valmis õppima kogu elu, täitma erinevaid rolle muutuvast õpi-, elu- ja töökeskkonnas ning kujundama oma elu teadlike otsuste kaudu, sealhulgas tegema mõistlikke kutsevalikuid.

Inimeseõpetuses käsitletakse inimeste erinevaid töid ja töökohti, harjutatakse koostööd ja tööde jaotamist, toetatakse endasse uskumist, arendatakse eneseanalüüsi ja enesekontrolli oskusi, oma väärtuste selgitamist, enda ja teiste positiivsete joonte ja omaduste märkamist ja väärtustamist.

#### **Keskkond ja jätkusuutlik areng**

Taotletakse õpilase kujunemist sotsiaalselt aktiivseks, vastutustundlikuks ja keskkonnateadlikuks inimeseks, kes hoiab ja kaitseb keskkonda ning väärtustades jätkusuutlikkust, on valmis leidma lahendusi keskkonna- ja inimarengu küsimustele.

Inimeseõpetuses käsitletakse asjade väärtust ja hinda, asjade väärtust teiste väärtuste seas, vastutust enda ja teiste asjade hoidmise eest, oma kulutuste planeerimist, tervislikku elukeskkonda, tervist heaolu tagajana. Õpetatakse tegema teadlikke valikuid ümbritseva keskkonna hoidmiseks (jäätmemajandus, taaskasutus jms).

#### **Kodanikualgatus ja ettevõtlikkus**

Taotletakse õpilase kujunemist aktiivseks ning vastutustundlikuks kogukonna- ja ühiskonnaliikmeks, kes mõistab ühiskonna toimimise põhimõtteid ja mehhanisme ning kodanikualgatuse tähtsust, tunneb end ühiskonnaliikmena ning toetub oma tegevuses riigi kultuurilistele traditsioonidele ja arengusuundadele.

Inimeseõpetuses käsitletakse Eesti rahvuslikku ja riiklikku sümbolikat, lapse õigusi ja kohustusi, vaba aja veetmist, meeskonnatööd ja tööjaotust, arendatakse sotsiaalseid oskusi: enda vajaduste mõistmine ja nende väljendamine, abi küsimine, oma järjekorra ootamine, otsuste vastuvõtmine

ja probleemidele lahenduste leidmine, tagajärgedega arvestamine, vastutuse võtmine. Tutvustatakse Eesti haldusüksusi, Eesti maksusüsteemi, tegeletakse raha mõiste ja rahakasutusega.

### **Kultuuriline identiteet**

Taotletakse õpilase kujunemist kultuuriteadlikuks inimeseks, kes mõistab kultuuri osa inimeste mõtte- ja käitumislaidi kujundajana ning kultuuride muutumist ajaloo vältel, kellel on ettekujutus kultuuride mitmekesisusest ja kultuuriga määratud elupraktikate eripärast ning kes väärtustab omakultuuri ja kultuurilist mitmekesisust ning on kultuuriliselt salliv ja koostööaldis.

Inimeseõpetuses käsitletakse kodu ja kodukandi traditsioone, Eesti rahvuslikku ja riiklikku sümbolikat, eesti rahvakommete tundmist, erinevate rahvaste tavasid ja kombeid, erinevuste ja mitmekesisuste väärtustamist. Kujundatakse kodumaad väärtustav hoiak.

### **Teabekeskond**

Taotletakse õpilase kujunemist teabeteadlikuks inimeseks, kes tajub ja teadvustab ümbritsevat teabekeskonda, suudab seda kriitiliselt analüüsida ning toimida selles oma eesmärkide ja ühiskonnas omaksvõetud kommunikatsioonieetika järgi.

Inimeseõpetuses tutvustatakse erinevaid teabeallikaid ja nende kasutamist, analüüsitakse reklaamide mõju meie igapäevaste otsuste langetamisele. Õpetatakse vajaliku info eristamist ebaolulisest, abi otsimist erinevatest teabeallikatest (nt vaimse tervise infoportaalid, infovoldikud jt).

### **Tehnoloogia ja innovatsioon**

Taotletakse õpilase kujunemist uuendusaltiks ja nüüdisaegseid tehnoloogiaid eesmärgipäraselt kasutada oskavaks inimeseks, kes tuleb toime kiiresti muutavas tehnoloogilises elu-, õpi- ja töökeskkonnas.

Inimeseõpetuses harjutatakse IKT vahendite kasutamist, sotsiaalmeedias suhtlemist ja ohtude teadvustamist.

### **Tervis ja ohutus**

Taotletakse õpilase kujunemist vaimselt, emotsionaalselt, sotsiaalselt ja füüsiliselt terveks ühiskonnaliikmeks, kes on võimeline järgima tervislikku eluviisi, käituma turvaliselt ning kaasa aitama tervist edendava turvalise keskkonna kujundamisel.

Inimeseõpetuses käsitletakse tervist ja tervise eest hoolitsemise viise, tervisenäitajaid, tervist mõjutavaid tegureid, lihtsamaid esmaabi võtteid ning ohtulukordades abi kutsumist. Õpetatakse märkama emotsioone, vaimse ja füüsilise tervise seisundit, hindama ohtusid. Õpetatakse vältima ennastkahjustavat käitumist. Tutvustatakse liiklusreegleid ning harjutatakse turvalist liikluskäitumist. Õpetatakse hindama ohtusid: vee-, liiklus- ja tuleohutus, sõltuvust tekitavad ained (tubakas, alkohol, uimastid), nutisõltuvus.

### **Väärtused ja kõlblus**

Taotletakse õpilase kujunemist kõlbeliselt arenenud inimeseks, kes tunneb ühiskonnas üldtunnustatud väärtusi ja kõlbluspõhimõtteid, järgib neid koolis ja väljaspool kooli, ei jää ükskõikseks, kui neid eiratakse, ning sekkub vajaduse korral oma võimaluste piires.

Inimeseõpetuses õpetatakse nägema iga inimest väärtuslikuna, harjutatakse viisakat käitumist, kujundatakse abivalmidust ja kohusetunnet, ausust, õiglust, erinevuste sallimist, vägivallatust ja vastutustunnet. Toetatakse endasse uskumist, enesehinnangut, enesekontrolli, oma väärtuste selgitamist, sallivust, hoolivust, usaldust, empaatiat ning positiivset mõtlemist. Käsitletakse kodumaad, kodu ja perekonda väärtusena.

### **1.1.8 Inimeseõpetuse lõiming teiste õppeainetega**

Inimeseõpetuse õpitegevuses on olulisel kohal lõimitud ja läbiv õpe. Suur osa õpitulemustest ongi sõnastatud sellele põhimõttele toetudes. Õppematerjali kasutades tuleb arvestada, et:

- mõne pädevuse kujundamisega tegeletakse ühes või mitmes temaatilises õppetunnis;
- mõne pädevuse saavutamisel on olulisel kohal lõiming teise õppeainega (nt matemaatika ja loodusõpetusega: laps nimetab nädalapäevi, ööpäeva osasid ja aastaaegu õiges järjestuses);
- valdavat osa õpitulemustest kujundatakse igas õppetunnis läbivalt, selleks kõiki võimalusi kasutades.

Inimeseõpetus on lõimitud eesti keelega (suhtlemine, suuline eneseväljendusoskus, teabe otsimine, konspekterimine), matemaatikaga (aeg, aja planeerimine, tegevuse kavandamine, kulutuste planeerimine), loodusõpetusega (ümbrus, kodukoht, Eesti tundmine, inimese organismi ehitus, talitus ja tervishoid), ühiskonnaõpetusega (inimeste õigused ja kohustused, turvaline käitumine), kodundusega (tervislik toitumine, majandamine ja kulutuste planeerimine, säästlikkus), keskkonnaõpetusega (rahvakalendri tähtpäevad, kooli traditsioonid ja üritused, suhtlemise õpetus), kehalise kasvatuses (tervis ja selle eest hoolitsemine, kehaline aktiivsus ja selle vormid, tervistava kehalise aktiivsuse põhimõtted). Inimeseõpetuse tundides õpitut rakendatakse kõikide teiste ainete tundides ja vabal ajal.

## 2 Õpitulemused I kooliastmes

### 2.1 3. klassi lõpetaja:

1. alustab ja jätkab dialoogi (vastab küsimusele, esitab küsimusi, nõustub või loobub kutsest);
2. teab viisaka käitumise reegleid, püüab neid täita;
3. hindab õpituatsioonis enda ja kaaslaste igapäevast käitumist (õige/vale, meeldib / ei meeldi);
4. tunneb ära ja nimetab näoilme ja hääletooni järgi kaaslaste 4–6 emotsiooni;
5. nimetab, mille poolest ta teistega sarnaneb ja mille poolest teistest erineb, teab oma keha osasid;
6. räägib õpetaja suunamisel ja abivahendite toel tervisliku eluviisi põhimõtetest: liikumine, toitumine, puhkus ja enese eest hoolitsemine;
7. hoolitseb oma hügieeni eest, hoiab puhtust ja korda;
8. teab, mis on perekond, kodu, kodukoht ja kodumaa, ning Eesti riigi sümboleid;
9. liikleb ohutult kooliteel ning palub abi õnnetusjuhtumi korral.

#### 2.1.1 Õpitulemused 1. klassis

Õpilane:

1. tutvustab ennast, nimetades oma nime, kooli, klassi, kodu asukoha, õdede-vendade ja vanemate nimed;
2. nimetab küsimuste abil oma lemmiktegevusi;
3. osaleb ühistes (õppe)mängudes ja järgib meeldetuletamisel mängureegleid;
4. vastab dialoogi repliigile, alustab dialoogi oma soovide ja vajaduste väljendamiseks;
5. tunneb ära kaaslaste tegevuses ning õppesituatsioonis õige ja vale käitumise;
6. teeb vahet endale ja teistele kuuluvate asjade vahel;
7. teab oma kehaosi (pea, kael, kõht, selg, käed, jalad, juuksed ja nägu);
8. järgib õpetaja meeldetuletusel hügieeninõudeid igapäevaste tegevuste käigus (käte pesemine, taskuräti kasutamine jms);
9. märkab õpetaja suunamisel ümbritsevate esemete välimust, esemete ja ruumide puhtust ning korrashoidu; korrastab õpetaja juhendamisel oma töölauda ja lähiümbrust;
10. nimetab nädalapäevi, ööpäeva osasid ja aastaaegu õiges järjestuses;
11. teab, kuidas ohutult sõiduteed ületada, ja käitub vastavalt;
12. teab, et elab Eestis;
13. teab Eesti lipu värve nende õiges järjestuses.

## 2.1.2 Õpitulemused 2. klassis

Õpilane:

1. alustab ja jätkab dialoogi tuttavates situatsioonides; kutsub õpetaja suunamisel kaaslasti tuttavat (õppe)mängu mängima, jagab mänguasju;
2. tavasituatsioonides suhtlemisel tervitab, palub, tänab, vabandab; käitub söögilauas viisakalt (palub, tänab, räägib vaikse häälega, hoiab puhtust);
3. teab oma vanust, sünnipäeva ja kodust aadressi, nimetab oma kodukoha;
4. kirjeldab tegevusi, mis talle rõõmu pakuvad;
5. hindab õpetaja abiga kaaslaste igapäevast käitumist skaalal õige/vale, meeldib / ei meeldi; 6) eristab oma, võõrast ja ühist asja ning mõistab, et võõrast asja ei tohi loata võtta;
6. tunneb ära ja nimetab näoilmele ja hääletoonile vastava emotsiooni (4 erinevat);
7. tunneb ära situatsiooni, kus kellelegi tehakse liiga;
8. järgib ise ja õpetaja meeldetuletusel hügieeninõudeid igapäevastes tegevustes (käte pesemine, taskuräti kasutamine jms);
9. nimetab näitvahenditele toetudes tervisele kasulikke toite;
10. nimetab oma lähisugulasi;
11. teab võimalusi, kuidas abistada pereliikmeid kodustes töödes;
12. teab oma vanemate ja koolitöötajate ameteid;
13. tunneb kella täistundides;
14. teab sagedasemaid ohtusid kooliteel liiklemisel ja võõraste inimestega suhtlemisel;
15. oskab pöörduda täiskasvanu poole abi saamiseks.

## 2.1.3 Õpitulemused 3. klassis

Õpilane:

1. alustab ja jätkab dialoogi (küsimus – vastus, teade – küsimus, kutse koostegevusele, nõustumine, loobumine);
2. nimetab, mille poolest ta teistega sarnaneb ja mille poolest teistest erineb;
3. hindab õpituatsioonid enda ja kaaslaste igapäevast käitumist skaalal õige/vale, meeldib / ei meeldi;
4. teab erinevates kohtades ja olukordades viisaka käitumise reegleid;
5. tunneb näoilme ja hääletooni järgi ära ja nimetab kaaslaste 4–6 emotsiooni;
6. teab oma keha puhtuse ning välimuse eest hoolitsemise vahendeid ja vajalikkust;
7. teab terve ja haige inimese tunnuseid; märkab oma enesetunnet ning teavitab sellest kaaslasti;
8. teab, et ravimeid võetakse haige olles, et ravimid võivad olla inimese tervisele ohtlikud;
9. kirjeldab tervise hoidmise viise: mitmekesine toit, uni ja puhkus, liikumine ja sport;
10. kõneleb õpetaja suunamisel oma perekonnast: pere suurus, pereliikmete nimed, õdede- vendade vanus, vanemate tegevus;
11. küsimustele toetudes räägib enda ja pereliikmete tegevusest pühade tähistamisel;

12. teab, mis on tema kodukoht ja kodumaa; väärtustab Eestit – oma kodumaad; tunneb Eesti sümboleid (lipp, vapp, hümn; suitsupääsuke, rukkilill);
13. tunneb kella täis- ja pooltundides;
14. nimetab positiivseid vaba aja veetmise võimalusi;
15. teab ohtlikke kohti ja olukordi kooliteel ja koduümbruses ning valib ohutu tee sihtpunkti;
16. palub ohuolukorras ja õnnetusjuhtumi korral abi.

## 1. klass inimeseõpetus

<b>Mina ja meie</b>	
<b>Õppesisu</b>	<b>Õpitulemused</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• minu välimus ja mulle meeldivad tegevused;</li> <li>• tervitamine (igapäevane tervitamine koolis, tervitusele vastamine);</li> <li>• enesetutvustamine ja kaaslastega tutvumine dialoogis (nimi, kool, klass);</li> <li>• õpitegevused koolis, õppevahendid;</li> <li>• tüli: vabandamine, leppimine (dialoogi repliid);</li> <li>• peo-, töö-, spordiriietus (riietusesemed, riietuse sobitamine situatsiooniga).</li> </ul> <p><b>Praktilised tegevused/tööd</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. õppekäik koolimajas, välisalal;</li> <li>2. kooli ruumide ja töötajatega tutvumine;</li> <li>3. dialoog (asjade küsimine, pakkumine ja tänamine);</li> <li>4. praktiline ülesanne: sobita õppevahendid tunni nimega;</li> <li>5. rollimängud.</li> </ol>	<p><b>Õpilane</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• tutvustab ennast, nimetades oma nime, kooli, klassi, kodu asukohta, õdede- vendade ja vanemate nimed;</li> <li>• nimetab küsimuste abil oma lemmiktegevusi;</li> <li>• osaleb ühistes (õppe)mängudes ja järgib meeldetuletamisel mängureegleid;</li> <li>• vastab dialoogi repliigile, alustab dialoogi oma soovide ja vajaduste väljendamiseks;</li> <li>• tunneb ära kaaslaste tegevuses ning õppesituatsioonis õige ja vale käitumise.</li> </ul>
<b>Mina ja turvalisus</b>	
<b>Õppesisu</b>	<b>Õpitulemused</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• sõidutee ohutu ületamine (valgusfoor, ülekäigurada, maantee ületamine);</li> <li>• liikumine jalakäijate teel üksi ja rühmaga;</li> </ul>	<p><b>Õpilane</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• teab, kuidas ohutult sõiduteed ületada, ja käitub vastavalt;</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• helkur;</li> <li>• ühissõidukid kodukohas(sõiduki ootamine, sisenemine, väljumine; tänava(sõidutee) ületamine; sõidupilet);</li> <li>• võõras ümbrus, eksimine, abi palumine (dialoogi repliid), vanemale helistamine.</li> </ul> <p><b>Praktilised tegevused/tööd</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. mäng "Õige-vale" + olukordade analüüs;</li> <li>2. õppekäik kooli ümbruses/liikluses, teadmiste kinnistamine liikluses;</li> <li>3. võimalusel jalgratta uurimine/katsumine/kirjeldamine;</li> <li>4. iga lapse jaoks pisikese märkmelehe koostamine, kuhu on kirjutatud tema kodu aadress ja vähemalt ühe vanema telefoninumber.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• tunneb ära kaaslaste tegevuses ning õppesituatsioonis õige ja vale käitumise;</li> <li>• teeb vahet endale ja teistele kuuluvate asjade vahel.</li> </ul>
<p><b>Kodu ja pere</b></p>	
<p><b>Õppesisu</b></p>	<p><b>Õpitulemused</b></p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• pereliikmed (vanemad, õed-vennad, vanavanemad), nende nimed;</li> <li>• pereliikmete kodused tööd, pereliikmete abistamine, minu kohustused kodus;</li> <li>• kodumaja (talumaja/ eramu/korter suures majas); ruumid kodus (esik, köök, elutuba jt);</li> <li>• mööbel kodus, koolis (esemed, nende otstarve);</li> <li>• kodu asukoht (Eestimaa; küla/linn/alev);</li> <li>• Eestimaa, minu kodumaa, Eesti Vabariigi lipp.</li> </ul>	<p>Õpilane</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• tutvustab ennast, nimetades oma nime, kooli, klassi, kodu asukoha, õdede- vendade ja vanemate nimed;</li> <li>• teab, et elab Eestis;</li> <li>• teab Eesti lipu värve nende õiges järjestuses.</li> </ul>

<p><b>Praktilised tegevused/tööd</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. võimalusel mõne lähedal asuva talu külastamine, et õpilased näeksid milliseid toimetusi talus elades tehakse;</li> <li>2. oma perekonnast pildi joonistamine;</li> <li>3. mäng: Minu vannitoas on...;</li> <li>4. enne kooli aktust Eesti hümnit harjutamine.</li> </ol>	
<p><b>Mina ja tervis</b></p>	
<p><b>Õppesisu</b></p>	<p><b>Õpitulemused</b></p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• kehaosad (pea, kael, keha, käed, jalad), juuksed ja nägu;</li> <li>• kehaosade (nägu, kael, käed, jalad) pesemine, küünte eest hoolitsemine;</li> <li>• hammaste pesemine;</li> <li>• tualeti kasutamine;</li> <li>• toitumine (toidud: supp, praad jne, toidunõud);</li> <li>• käitumine söögilauas: toidu palumine, tänamine.</li> </ul> <p><b>Praktilised tegevused/tööd</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. koolis käte pesemine;</li> <li>2. õppekäik kooli WC-sse (teise privaatsusega arvestamine, puhtus kabiinis, veetõmbamine, kätepesu);</li> <li>3. hammaste pesemine koolis, vajalikud vahendid kodust kaasa;</li> <li>4. erinevad mängud ja tegevused tervisliku toidu tutvustamiseks;</li> <li>5. laua katmine;</li> <li>6. noa ja kahvliga söömine, harjutamine;</li> <li>7. liikumispausid tunnis.</li> </ol>	<p>Õpilane</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• teab oma kehaosi (pea, kael, kõht, selg, käed, jalad, juuksed ja nägu);</li> <li>• järgib õpetaja meeldetuletusel hügieeninõudeid igapäevaste tegevuste käigus (käte pesemine, taskuräti kasutamine jms);</li> <li>• märkab õpetaja suunamisel ümbritsevate esemete välimust, esemete ja ruumide puhtust ning korrashoidu; korrastab õpetaja juhendamisel oma töölauda ja lähiümbrust.</li> </ul>

<b>Mina ja aeg</b>	
<b>Õppesisu</b>	<b>Õpitulemused</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• nädal (töö- ja puhkepäevad; eile, täna, homme);</li> <li>• ööpäeva osad (hommik, päev, õhtu, öö);</li> <li>• aasta (aastaajad: laste tegevused, riietus, ohud jalakäijatele liikluses).</li> </ul> <p><b>Praktilised tegevused/tööd</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. õpilaste ühistegevus klassi seinale "Meie nädal", kus on kirjas kõik planeeritavad tegevused/ettevõtmised ühel nädalal.</li> </ol>	<p>Õpilane</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• nimetab nädalapäevi, ööpäeva osasid ja aastaaegu õiges järjestuses.</li> </ul>
<b>Mina ja asjad</b>	
<b>Õppesisu</b>	<b>Õpitulemused</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• minu oma, kaaslaste oma (enda ja kaaslaste, sh õpetaja asjade kuuluvuse eristamine), asjade palumine kasutamiseks;</li> <li>• ausus asjade jagamisel;</li> <li>• koristustööd ja –vahendid klassiruumis ning kodus.</li> </ul> <p><b>Praktilised tegevused/tööd</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. mäng "Võlukott": õpetaja asetab erinevaid esemeid kotikesse, õpilased pistavad käekotti ja proovivad ära arvata, mis neile pihku jäi;</li> <li>2. rollimängud: käitumine sööklas, toidu eest tänamine, toidu küsimine ja ulatamine; kelle poole pöördun konkreetse murega.</li> </ol>	<p>Õpilane</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• teeb vahet endale ja teistele kuuluvate asjade vahel;</li> <li>• märkab õpetaja suunamisel ümbritsevate esemete välimust, esemete ja ruumide puhtust ning korrashoidu;</li> <li>• korrastab õpetaja juhendamisel oma töölauda ja lähiümbrust.</li> </ul>

## 2. klass inimeseõpetus

<b>Mina ja meie</b>	
<b>Õppesisu</b>	<b>Õpitulemused</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>• tervitamine: erinevad tervitusväljendid; eakaaslaste ja täiskasvanute tervitamine;</li><li>• enesetutvustamine ja tutvumine kaaslastega dialoogis (vanus, sünnipäev);</li><li>• kaaslase kutsumine ühistegevusse;</li><li>• klassi reeglid (sõnastamine ühisvestluses), reeglite vajalikkus;</li><li>• suhtluspartnerite näoilmed ja hääletoon (rõõmus, kurb, sõbralik, vihane, üllatunud);</li><li>• kiusamine (äratundmine), täiskasvanult abi palumine;</li><li>• oma eksimuse tunnistamine ja vabandamine; positiivne reageerimine vastuseks vabandamisele;</li><li>• koolitöötajate ametid.</li></ul> <p><b>Praktilised tegevused/tööd</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. hommikuringis klassikaaslaste tervitamine ja heade soovide esitamine;</li><li>2. mäng "Tegu ja tunne";</li><li>3. mäng „Minu asjad“: kirjelduse järgi esemete leidmine;</li><li>4. rollimängud.</li></ol>	<p>Õpilane</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• tavasituatsioonides suhtlemisel tervitab, palub, tänab, vabandab;</li><li>• alustab ja jätkab dialoogi tuttavates situatsioonides;</li><li>• teab oma ees- ja perekonnanime, vanust ning sünnipäeva;</li><li>• kutsub õpetaja suunamisel kaaslasti tuttavat (õppe)mängu mängima, jagab mänguasju;</li><li>• kirjeldab tegevusi, mis talle rõõmu pakuvad;</li><li>• hindab õpetaja abiga kaaslaste igapäevast käitumist skaalal õige/vale, meeldib/ei meeldi;</li><li>• tunneb ära ja nimetab näoilmele ja hääletoonile vastava emotsiooni (4 erinevat);</li><li>• tunneb ära situatsiooni, kus kellelegi tehakse liiga;</li><li>• teab oma vanemate ja koolitöötajate ametid</li></ul>

<b>Mina ja liiklus</b>	
<b>Õppesisu</b>	<b>Õpitulemused</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• individuaalsed ja üldkasutatavad transpordivahendid kodu ja kooli vahel liiklemiseks;</li> <li>• käitumine liiklusvahendites;</li> <li>• liiklusõnnetused jalakäijatega (sõidutee valesti ületamine, seisva liiklusvahendi varjust väljumine, liiklemine talvisel teel) ja juhtumist teatamine lähimale täiskasvanule.</li> </ul> <p><b>Praktilised tegevused/tööd</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. katsed helkuritega pimedas ruumis;</li> <li>2. liiklusolukordade läbi mängimine pisikeste tegelastega, autode ja liiklusmärkidega.</li> </ol>	<p>Õpilane</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• teab sagedasemaid ohtusid kooliteel liiklemisel</li> </ul>
<b>Mina ja pere</b>	
<b>Õppesisu</b>	<b>Õpitulemused</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• minu kodu (ruumid, sisustus), aadress;</li> <li>• lemmikloom kodus;</li> <li>• koduarmastus.</li> </ul> <p>Praktilised tegevused/tööd</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. rollimängud, dialoogirepliikide harjutamine abi palumiseks, abi vastu võtmiseks;</li> <li>2. kutsuda lapsevanemaid kooli tegema teematunde, praktilist tegevust.</li> </ol>	<p>Õpilane</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• teab oma kodust aadressi, nimetab oma kodukohta;</li> <li>• nimetab oma lähisugulasi;</li> <li>• teab võimalusi, kuidas abistada pereliikmeid kodustes tööde.</li> </ul>

<b>Mina ja aeg</b>	
<b>Õppesisu</b>	<b>Õpitulemused</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• aastaring - kuude nimetused, aastaajad, kuupäevad;</li> <li>• oma sünnipäeva teadmine;</li> <li>• kella tundmine tunni täpsusega;</li> <li>• päevakava.</li> </ul> <p><b>Praktilised tegevused/tööd</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. iga päev hommikuringis üks õpilane ütleb aastaaja, kuu ja nädalapäeva, kuupäeva;</li> <li>2. kellamaketi meisterdamine, mille abil kella tundma õppida;</li> <li>3. mängud päevakava järjestamiseks, analoog ja digitaalse kella ühendamiseks.</li> </ol>	<p>Õpilane</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• teab oma vanust ja sünnipäeva;</li> <li>• tunneb kella täistundides.</li> </ul>
<b>Mina ja kodumaa</b>	
<b>Õppesisu</b>	<b>Õpitulemused</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Eesti Vabariigi lipp ja sellega seotud kombed;</li> <li>• Eesti Vabariigi aastapäeva tähistamine.</li> </ul> <p><b>Praktilised tegevused/tööd</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. võimalusel vaadata koolihoovis, kus ja kuidas Eesti lipp on heisatud;</li> <li>2. oma kooli aktuseks väikeste käsilippude meisterdamine;</li> <li>3. kodukandi rahvariietega tutvumine.</li> </ol>	<p>Õpilane</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• väärtustab Eestit - oma kodumaad.</li> </ul>

<b>Mina ja tervis</b>	
<b>Õppesisu</b>	<b>Õpitulemused</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• erinevad liikumisviisid;</li> <li>• puhkus ja uni;</li> <li>• keha puhtus;</li> <li>• meie toit;</li> <li>• käitumine toidulauas;</li> <li>• suutervis;</li> <li>• haige ja terve.</li> </ul> <p><b>Praktilised tegevused/tööd</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. õppemängud (poes toidukaupade valimine, laua katmine, perearsti juures käimine),</li> <li>2. tervislike lihtsate vahepalade valmistamine, laua katmine;</li> <li>3. liikumispausid tunnis.</li> </ol>	<p>Õpilane</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• järgib ise ja õpetaja meeldetuletusel hügieeninõudeid igapäevastes tegevustes (käte pesemine, taskuräti kasutamine jms);</li> <li>• nimetab näitvahenditele toetudes tervisele kasulikke toite;</li> <li>• käitub söögilauas viisakalt (palub, tänab, räägib vaikse häälega, hoiab puhtust).</li> </ul>
<b>Mina ja asjad</b>	
<b>Õppesisu</b>	<b>Õpitulemused</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• vanad ja uued asjad (asjad kodus, võimalus osta/mitte osta poest, asjade hind (odav, kallis), asjade väärtus (armas, kallis), asju saab korda teha, vana aja asjad ja vanad asjad, muuseumid);</li> <li>• asjad ja prügi: lapse tuba ja koristamine, vajalikud asjad, prügi, joogipakendid, pakendimärgid, taaraautomaat,</li> </ul>	<p>Õpilane</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• eristab oma, võõrast ja ühist asja ning mõistab, et võõrast asja ei tohi loata võtta.</li> </ul>

<p>prügikastid ja sildid, eri liiki prügi, ohtlik prügi, taaskasutamise võimalus, meisterdamine prügist.</p> <p><b>Praktilised tegevused/tööd</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• koolis/klassis/kodus prügi sorteerimine.</li> </ul>	
<p><b>Mina ja turvalisus</b></p>	
<p><b>Õppesisu</b></p>	<p><b>Õpitulemused</b></p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• võõrad inimesed, asjad ja loomad: võõras inimene meie kodus (vargus), sobiv käitumine erinevates olukordades, võõra lapse kutsumine koju, laps üksi kodus ja võõras ukse taga, võõras kutsub endaga kaasa, võõrad (tundmatud, ohtlikud) asjad, käitumine loomadega;</li> <li>• võõras ümbrus ja eksimine: käitumine erinevates olukordades: üksi jäämine suures rahvahulgas, bussist väljumine vales peatuses, eksimine metsas, ümbruse märkamine, olulised detailid enda asukoha ja ümbruse kirjeldamisel, helistamine enda vanematele, enda nähtavaks tegemine metsas.</li> </ul> <p><b>Praktilised tegevused/tööd</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. erinevate situatsioonide/olukordade läbimängimine klassis.</li> </ol>	<p>Õpilane</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• tunneb ära ja nimetab näoilmele ja hääletoonile vastava emotsiooni (4 erinevat);</li> <li>• tunneb ära situatsiooni, kus kellelegi tehakse liiga;</li> <li>• teab ohtusid võõraste inimestega suhtlemisel;</li> <li>• oskab pöörduda täiskasvanu poole abi saamiseks.</li> </ul>

### 3. klass inimeseõpetus

<b>Käitumine ja suhtlemine</b>	
<b>Õppesisu</b>	<b>Õpitulemused</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• mina: minu välimus ja mulle meeldivad tegevused, minu erinevused ja sarnasused teistega, iga inimene on tähtis, inimeste õigused;</li> <li>• uhkustamine, valetamine (vale tagajärjed, vale ülestunnistamine, tõe rääkimine), näoilmed;</li> <li>• käitumine koduümbruses ja naabritega arvestamine, käitumine raamatukogus, raamatu laenutamine ja hoidmine, käitumine söögilauas, külas käies, sünnipäeval olles (sünnipäevale kutsumine, peo planeerimine, sobiv kingitus).</li> </ul> <p><b>Praktilised tegevused/tööd</b></p> <p>1. õppe- ja liikumismängud "Kiusamisest vabaks" programmist.</p>	<p>Õpilane</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• alustab ja jätkab dialoogi (küsimus – vastus, teade – küsimus, kutse koostegevusele, nõustumine, loobumine);</li> <li>• nimetab, mille poolest ta teistega sarnaneb ja mille poolest teistest erineb;</li> <li>• hindab õpituatsioonis enda ja kaaslaste igapäevast käitumist skaalal õige/vale, meeldib / ei meeldi;</li> <li>• teab erinevates kohtades ja olukordades viisaka käitumise reegleid;</li> <li>• tunneb näoilme ja hääletooni järgi ära ja nimetab kaaslaste 4–6 emotsiooni.</li> </ul>
<b>Mina ja tervis</b>	
<b>Õppesisu</b>	<b>Õpitulemused</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Minu enesetunne, terve ja haige inimene, ravimid, haiguse tunnused (nohu, köha, palavik, valu, lööbed), teavitamine halvast enesetundest);</li> <li>• kuidas haigusi ära hoida? Tervislik eluviis (õige toitumine, liikumine, uni).</li> </ul>	<p>Õpilane</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• teab oma keha puhtuse ning välimuse eest hoolitsemise vahendeid ja vajalikkust;</li> <li>• teab terve ja haige inimese tunnuseid;</li> <li>• märkab oma enesetunnet ning teavitab sellest kaaslasti;</li> </ul>

<p><b>Praktilised tegevused/tööd</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. situatsioonipõhised mängud (halva enesetunde teavitamine);</li> <li>2. liikumispausid tunnis.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• teab, et ravimeid võetakse haige olles, et ravimid võivad olla inimese tervisele ohtlikud;</li> <li>• kirjeldab tervise hoidmise viise: mitmekesine toit, uni ja puhkus, liikumine ja sport;</li> <li>• nimetab positiivseid vaba aja veetmise võimalusi.</li> </ul>
<p><b>Mina ja perekond</b></p>	
<p><b>Õppesisu</b></p>	<p><b>Õpitulemused</b></p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• suurpere ja väikepere;</li> <li>• minu pere (pere liikmed, nende nimed, tegevused, koostegemised);</li> <li>• hoolin enda perest (kohustused, arvestamine üksteisega).</li> </ul> <p><b>Praktilised tegevused/tööd</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. kutsuda lapsevanemaid kooli tegema teematunde, praktilist tegevust.</li> </ol>	<p>Õpilane</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• kõneleb õpetaja suunamisel oma perekonnast: pere suurus, pereliikmete nimed, õdede-vendade vanus, vanemate tegevus;</li> <li>• küsimustele toetudes räägib enda ja pereliikmete tegevusest pühade tähistamisel.</li> </ul>
<p><b>Eesti minu kodumaa</b></p>	
<p><b>Õppesisu</b></p>	<p><b>Õpitulemused</b></p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Eestimaa on minu kodumaa. Sümbolid: vapp, hümn; pealinn, president, naaberriigid;</li> <li>• Eesti rahvussümbolid: rukkilill, suitsupääsuke;</li> <li>• pühad ja kombed (vastlapäev, kadripäev, mardipäev, advent, jõulud).</li> </ul>	<p>Õpilane</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• teab, mis on tema kodukoht ja kodumaa;</li> <li>• väärtustab Eestit – oma kodumaad;</li> <li>• tunneb Eesti sümboleid (lipp, vapp, hümn; suitsupääsuke, rukkilill)</li> </ul>

<p><b>Praktilised tegevused/tööd</b></p> <p>1. enda kodukoha leidmine ja näitamine Eesti kaardil.</p>	
<p><b>Mina ja aeg</b></p>	
<p><b>Õppesisu</b></p>	<p><b>Õpitulemused</b></p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• aastaajad, tegevused, ohuolukorrad;</li> <li>• kalender (aasta, kuud, nädalapäevad, tähtpäevad),</li> <li>• minu päev ja kell (pool- ja täistund, tegevuste ajaline järjekord);</li> <li>• vaba aja sihipärane kasutamine, huviringid.</li> </ul> <p><b>Praktilised tegevused/tööd</b></p> <p>1. iga päev hommikuringis üks õpilane ütleb aastaaja, kuu ja nädalapäeva, kuupäeva, tähtpäeva/püha;</p> <p>2. analoog- kui ka digitaalse kella tundmaõppimine.</p>	<p>Õpilane</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• tunneb kella täis- ja pooltundides;</li> <li>• nimetab positiivseid vaba aja veetmise võimalusi.</li> </ul>
<p><b>Mina ja turvalisus</b></p>	
<p><b>Õppesisu</b></p>	<p><b>Õpitulemused</b></p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• minu koolitee, liiklus;</li> <li>• segavad tegevused liikluses, ohud kooliteel;</li> <li>• tundmatud ained minu ümber, nendega tegutsemine. Ohtlike ainete märgistus;</li> <li>• kiirabi, politsei, päästemet, helistan numbril 112 (abi vajadus, helistamine ja info edastamine).</li> </ul>	<p>Õpilane</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• teab ohtlike kohti ja olukordi kooliteel ja koduümbruses ning valib ohutu tee sihtpunkti;</li> <li>• palub ohuolukorras ja õnnetusjuhtumi korral abi.</li> </ul>

**Praktilised tegevused/tööd**

1. õppekäikudel praktilistes situatsioonides harjutada käitumist liikluses,
2. dialoogid: hädaabi numbrile helistamise harjutamine

### 3 Õpitulemused II kooliastmes

#### 3.1 6. klassi lõpetaja:

1. märkab ja aktsepteerib inimeste erinevusi (rahvus, välimus, vanus, tervis jm);
2. leiab õpetaja juhendamisel infot erinevatest teabeallikatest (sh tekstidest ja internetist);
3. tunneb kella ja kalendrit ning seostab seda oma elu tegevuste ja sündmustega;
4. mõistab oma õigusi ja kohustusi (suhtlemine, käitumine, õppetöö) ning teadvustab põhjuseid ja tagajärgi;
5. analüüsib ja hindab enda ja kaaslaste käitumist ning kasutab tuttavates olukordades situatsioonist lähtuvalt erinevaid väljendusviise;
6. teab murdeeaga seotud muutusi ning oma välimuse, hügieeni ja tervise eest hoolitsemise võimalusi;
7. teab riskikäitumisega kaasnevaid ohtusid liikluses, vees, tule kasutamisel, toitumisel, uimastite tarbimisel ja internetis suhtlemisel, oskab abi küsida;
8. teab olmejäätmete käitlemise viise kodus majapidamises, oskab prügi sorteerida;
9. selgitab, milleks kasutatakse raha; mõistab, et tema soovide täitumine sõltub vajadustest ja pere sissetulekust.

#### 3.1.1 Õpitulemused 4. klassis

Õpilane:

1. osaleb üksteise tegevust reguleerivas dialoogis (teade – teade);
2. nimetab ning võrdleb oma ja sõprade vaba aja tegevusi, huvisid;
3. analüüsib õpetaja juhendamisel situatsioonide, oma ja kaaslaste käitumise ning emotsionaalsete seisundite põhjuseid ja tagajärgi;
4. jälgib kaasõpilaste tegevust ja vajaduse korral abistab neid;
5. tunneb koolielus ära konfliktsituatsiooni ning teab, mis juhtudel on vaja sellest täiskasvanule/õpetajale teatada;
6. teab enda tervist tugevdavaid ja nõrgestavaid tegureid (toitumine, liikumine, uni) ja harjumusi ning nende mõju füüsilisele tervisele ja õppimisvõimele;
7. nimetab oma lähisugulasi ja selgitab abistavate küsimuste toel kodu ja perekonna tähtsust oma elus;
8. kirjeldab oma pere traditsioone;
9. kirjeldab ja väärtustab oma kodukohta;
10. tunneb kella veerandtunnise täpsusega, seostab kellaega oma päevakavaga;
11. leiab koostevõttes teavet koolistendilt ja kooli kodulehelt;
12. teab erinevaid ameteid; mõistab töö vajalikkust ja väärtuslikkust;
13. planeerib täiskasvanu abiga oma taskuraha kulutamist;
14. sorteerib täiskasvanu suunamisel klassis ja kodus tekkivaid olmejäätmeid;
15. teab ja kirjeldab turvalise käitumise viise igapäevaelus (liiklemine kooliteel, jalgrattaga sõitmine, tulekahju vältimine, käitumine veekogu juures ja metsas).

### 3.1.2 Õpitulemused 5. klassis

Õpilane:

1. märkab ja mõistab erisusi oma ja kaaslaste tegevustes, arvamustes;
2. osaleb eri tüüpi dialoogides (teade – küsimus – vastus jne);
3. kirjeldab oma käitumist toimunud konfliktsituatsioonis;
4. kirjeldab ja analüüsib õpetaja suunamisel oma ja kaaslaste emotsionaalseid seisundeid ning käitumist (soovid, põhjus-tagajärg);
5. kirjeldab oma välimuse, hügieeni ja tervise eest hoolitsemise võimalusi, teab hoolitsematuse tagajärgi;
6. kirjeldab uimastite (alkoholi, tubaka) tarbimise mõju õppimisvõimele ja käitumisele;
7. jutustab tugikava abil pühade ja rahvakommete tähistamisest oma perekonnas; teab erinevaid rahvuskombeid;
8. mõistab oma kohustusi ja vastutust seoses õppetööga;
9. määrab aega minutilise täpsusega; koostab õpetaja abiga endale päevakava;
10. otsib õpetaja juhendamisel teavet teatmeteostest või internetist;
11. teab, kuidas suhelda sotsiaalmeedias;
12. teadvustab reklaamide eesmärke;
13. mõistab, et tema soovide täitumine sõltub vajadustest ja pere sissetulekust;
14. kirjeldab vee ja elektri säästliku tarbimise võimalusi kodus ning koolis;
15. nimetab olmejätmete käitlemise viise kodus majapidamises;
16. kirjeldab ja teadvustab pürotehnika jt ohtlike ainete väärkasutusega kaasnevaid tagajärgi.

### 3.1.3 Õpitulemused 6. klassis

Õpilane:

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;
5. kirjeldab ja hindab plaanile toetudes oma huvisid ja toimetulekut koolis (õnnestumised, raskused jms);
6. teab inimese organismi üldist ülesehitust, tunneb joonisel inimfiguuris ära elutähtsad organid;
7. nimetab ebatervisliku toitumise võimalikke tagajärgi, oskab valida erinevate toitute hulgast tervisele kasulikke;
8. teab murdeeaga seotud muutusi inimese kehas ja käitumises, mõistab arengu individuaalsust;
9. kirjeldab uimastite mõju organismile ja käitumisele;

10. hoolitseb oma välimuse eest ja valib olukorrale vastavad rõivad;
11. koostab õpetaja juhendamisel kodu korrashoiuga seotud tegevuste plaani (tööde järjekord, vahendid, tööjaotus);
12. hangib õpetaja juhendamisel teavet kaaslastelt (küsimuste esitamine) ja eriliigilistest tekstidest (internet, meedia, teatmeteosed, sõiduplaanid);
13. oskab kasutada kodukoha ühistranspordi sõiduplaane;
14. mõistab telefoni ja meedia (sh arvutimängud, sotsiaalmeedia, televisioon jmt) otstarbeka kasutamise vajalikkust ning teab võimalikke riske;
15. teab kodukeemia ja ravimite väärkasutuse tagajärgi ja selle ennetamise võimalusi;
16. kirjeldab peamisi tule- ja veeohutuse nõudeid ning käitumisstrateegiaid vastavate õnnetusjuhtumite korral.

#### 4. klass inimeseõpetus

<b>Käitumine ja suhtlemine</b>	
<b>Õppesisu</b>	<b>Õpitulemused</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• mina, igaühe individuaalsus ja väärtuslikkus, sooline kuuluvus, mina ja endasse suhtumine, lapse õigused ja kohustused;</li> <li>• sõprade valimine ja hoidmine, ühistegevus, klassiõhtu, sisukate peotegevuste valik ja planeerimine;</li> <li>• eakaaslaste ja täiskasvanute kõnetamine, abivalmidus klassis: abi vajamine ja küsimine, abi vastuvõtmine, abivajajate märkamine ja abi pakkumine;</li> <li>• vägivaldne käitumine: tõukamine, ehmatamine, narrimine jne, võimalikud konfliktid igapäeva koolielus;</li> <li>• teatamine, kaebamine.</li> </ul> <p><b>Praktilised tegevused/tööd</b></p> <p>1. erinevate situatsioonide läbimängimine teemast lähtuvalt.</p>	<p>Õpilane</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• osaleb üksteise tegevust reguleerivas dialoogis (teade – teade);</li> <li>• nimetab ning võrdleb oma ja sõprade vaba aja tegevusi, huvisid;</li> <li>• analüüsib õpetaja juhendamisel situatsioonide, oma ja kaaslaste käitumise ning emotsionaalsete seisundite põhjuseid ja tagajärgi;</li> <li>• jälgib kaasõpilaste tegevust ja vajaduse korral abistab neid;</li> <li>• tunneb koolielus ära konfliktsituatsiooni ning teab, mis juhtudel on vaja sellest täiskasvanule/õpetajale teatada.</li> </ul>
<b>Inimene ja tervis</b>	
<b>Õppesisu</b>	<b>Õpitulemused</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• õppimise tervishoid: rüht, õige istumine, silmade tervishoid, puhkus, sport;</li> <li>• kahjulikud harjumused: liigne televiisori vaatamine ja arvuti kasutamine jms;</li> </ul>	<p>Õpilane</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• teab enda tervist tugevdavaid ja nõrgestavaid tegureid (toitumine, liikumine, uni) ja harjumusi ning nende mõju füüsilisele tervisele ja õppimisvõimele.</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• suitsetamine ja alkoholi tarvitamine, nende mõju füüsilisele tervisele ja õppimisvõimele;</li> <li>• isiklikud toitumisharjumused, mõju enesetundele;</li> <li>• esmased kodused ravivõtted külmetushaiguste korral;</li> <li>• esmaabi lihtsamate vigastuste puhul: löikehaav, ninaverejooks jne.</li> </ul> <p><b>Praktilised tegevused/tööd</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. esmaabi lihtsamate vigastuste puhul: plaastri/sideme kasutamine;</li> <li>2. liikumispaus tunnis.</li> </ol>	
<p><b>Perekond ja kodukoht</b></p>	
<p><b>Õppesisu</b></p>	<p><b>Õpitulemused</b></p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• minu sugupuu: perekond ja lähisugulased, pereliikmete lahkumine ja lein, käitumine matustel ja surnuaias;</li> <li>• maa- ja linnakodu: hooned, puhtus, korrashoid;</li> <li>• kodutus, lastekodu kui üks peretüüp;</li> <li>• kodukoha sümbolid: lipp, vapp, kodukoha rikkused;</li> <li>• transpordivahendid kodukohas tänapäeval ja minevikus, sõidupilet ühissõidukis: ostmine jm toimingud;</li> <li>• muuseumid kodukohas, käitumine muuseumis;</li> <li>• pühad ja kombed: aastavahetus, Eesti Vabariigi aastapäev, vastlapäev, jaanipäev jne.</li> </ul> <p><b>Praktilised tegevused/tööd</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. plakat/pilt Minu sugupuu/perekond;</li> </ol>	<p>Õpilane</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• nimetab oma lähisugulasi ja selgitab abistavate küsimuste toel kodu ja perekonna tähtsust oma elus;</li> <li>• kirjeldab oma pere traditsioone;</li> <li>• kirjeldab ja väärtustab oma kodukohta.</li> </ul>

<p>2. õppekäik Iisaku koduloomuuseumi;  3. Eesti rahvusliku ja riikliku sümbolika tundmine –  meisterdamine/joonistamine;  4. liikumispaus tunnis.</p>	
<p><b>Inimene ja aeg</b></p>	
<p><b>Õppesisu</b></p>	<p><b>Õpitulemused</b></p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• kellaaja määramine veerandtunnise täpsusega;</li> <li>• kellaajast kinnipidamine: täpsus, hilinemine, selle tagajärjed;</li> <li>• õpilase päevakava koostamine, õppimine, puhkus, vaba aja tegevused.</li> </ul> <p><b>Praktilised tegevused/tööd</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. igapäevane (nädala jooksul) kellaaja märkimine tabelis õpilaste poolt: mis kell ta tuli kooli, läks koju jne;</li> <li>2. päevakava koostamine;</li> <li>3. liikumispaus tunnis.</li> </ol>	<p>Õpilane</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• tunneb kella veerandtunnise täpsusega, seostab kellaage oma päevakavaga.</li> </ul>
<p><b>Inimene ja teave</b></p>	
<p><b>Õppesisu</b></p>	<p><b>Õpitulemused</b></p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• koolistend, kooli koduleht, ajakiri lastele;</li> <li>• kuulutus ajalehes/stendil: teabeallikate kasutamine,</li> <li>• kirja saatmine interneti kaudu.</li> </ul>	<p>Õpilane</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• leiab koostegevuses teavet koolistendilt ja kooli kodulehelt, internetist;</li> <li>• kirjutab ja postitab oma lähedasele kirja või postkaardi.</li> </ul>

<p><b>Praktilised tegevused/tööd</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. praktilised ülesandeid oma klassi või kooli puudutava teabe hankimiseks;</li> <li>2. kirja/postkaardi kirjutamine oma lähedasele/sõbrale/õpetajale;</li> <li>3. liikumispaus tunnis.</li> </ol>	
<p><b>Inimene ja töö. Inimene ja asjad</b></p>	
<p><b>Õppesisu</b></p>	<p><b>Õpitulemused</b></p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• töö, selle eesmärk ja tulemus: produkt, tasu;</li> <li>• pereliikmete tööd: tööde jaotus, koostöö koduses majapidamises;</li> <li>• õpilase töö koolis, kohuse- ja vastutustunne töö tegemisel, tööarmastus;</li> <li>• lapse taskuraha, selle otstarbekas kulutamine: lihtsamate ostude sooritamine,</li> <li>• raha kogumine;</li> <li>• ostud toidupoes: ostja ja müüja suhtlemine, raha kasutamine lihtsamates tehingutes.</li> </ul> <p><b>Praktilised tegevused/tööd</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. „Mängime poodi“- suhtlus- ja ettevõtlushädevuse arendamine;</li> <li>2. lauamäng "Taskuraha täringumäng";</li> <li>3. liikumispaus tunnis.</li> </ol>	<p>Õpilane</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• teab erinevaid ameteid;</li> <li>• mõistab töö vajalikkust ja väärtuslikkust;</li> <li>• planeerib täiskasvanu abiga oma taskuraha kulutamist.</li> </ul>

<b>Inimene, säästlikkus ja turvalisus</b>	
<b>Õppesisu</b>	<b>Õpitulemused</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• olmejäätmete tekkimine klassis ja kodus majapidamises: tegevused, nende tagajärjel tekkiv prügi;</li> <li>• jäätmete individuaalne käitlemine;</li> <li>• liiklusemärgid kodu ümbruses ja kooliteel: ülesanne, vajalikkus;</li> <li>• jalgrattaga (rulaga, rulluiskudega) sõitmine ja ohud;</li> <li>• tuleohutuseeskirjade järgimine lapse igapäevastes tegevustes:</li> <li>• käitumine tulekahju korral;</li> <li>• käitumine veekogude juures, basseinis, veekeskuses;</li> <li>• käitumine metsas, loodusmatkal: loodussäästlik käitumine, käitumine eksimise korral.</li> </ul> <p><b>Praktilised tegevused/tööd</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. klassis/koolis/kodus prügi teadlik sorteerimine;</li> <li>2. külalisesinejad: politsei või päästja räägivad ohutusest;</li> <li>3. liikumispaus tunnis.</li> </ol>	<p>Õpilane</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• tunneb koolielus ära konfliktsituatsiooni ning teab, mis juhtudel on vaja sellest täiskasvanule/õpetajale teatada;</li> <li>• sorteerib täiskasvanu suunamisel klassis ja kodus tekkivaid olmejäätmekäitmeid;</li> <li>• teab ja kirjeldab turvalise käitumise viise igapäevaelus (liiklemine kooliteel, jalgrattaga sõitmine, tulekahju vältimine, käitumine veekogu juures ja metsas).</li> </ul>

## 5. klass inimeseõpetus

<b>Käitumine ja suhtlemine</b>	
<b>Õppesisu</b>	<b>Õpitulemused</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• olulisemad isikuandmed, meeldivad ja ebameeldivad tegevused;</li> <li>• sarnasused ja erinevused võrreldes eakaaslastega;</li> <li>• enesetuvustamine dialoogis, arvestades vestluspartneri vanust (eakaaslane, täiskasvanu);</li> <li>• suhtlemine võõrastega; kellele milliseid isikuandmeid võib avaldada;</li> <li>• igapäevased suhtlussituatsioonid kodus ja koolis;</li> <li>• vägivaldse (füüsiline, vaimne) käitumise äratundmine, käitumine ohvri ja pealtnägijana;</li> <li>• abivajaja märkamine ja abi pakkumine, abistamine.</li> </ul> <p><b>Praktilised tegevused/tööd</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. rollimängud lähtuvalt teemast;</li> <li>2. õppekäigud/teatri- ja kinokülastused;</li> <li>3. liikumispaus tunnis.</li> </ol>	<p>Õpilane</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• märkab ja mõistab erisusi oma ja kaaslaste tegevustes, arvamustes;</li> <li>• osaleb eri tüüpi dialoogides (teade – küsimus – vastus jne);</li> <li>• kirjeldab oma käitumist toimunud konfliktsituatsioonis;</li> <li>• kirjeldab ja analüüsib õpetaja suunamisel oma ja kaaslaste emotsionaalseid seisundeid ning käitumist (soovid, põhjustagajärg).</li> </ul>
<b>Inimene ja tervis</b>	
<b>Õppesisu</b>	<b>Õpitulemused</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• meeleelundite (nägemis-, kuulmis-, haistmis-, maitsmis-, kompimiselund) ülesanded, tervishoid;</li> </ul>	<p>Õpilane</p>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• erivajadustega inimesed (meeleelundite kahjustuste tagajärjel), alternatiivsed suhtlemisvahendid;</li> <li>• haigestumine ja selle ennetus;</li> <li>• esmaabi põletuse, külmumise, minestuse korral;</li> <li>• tubakas, alkohol, narkootikumid (kanep); alkoholi ja tubaka mõju õppimisvõimele ja käitumisele, „Ei“ ütlemine uimastitega seotud situatsioonides.</li> </ul> <p><b>Praktilised tegevused/tööd</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. praktilised tegevused meeleelundite kohta: kinnisilmi orienteerumine ruumis, vahendi leidmine kotist kompimise abil, õpetaja jutu jälgimine kõrvaklappidega, st suult lugemine vms;</li> <li>2. esmaabikoolitus;</li> <li>3. liikumispaus tunnis.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• kirjeldab oma välimuse, hügieeni ja tervise eest hoolitsemise võimalusi, teab hoolitsematuse tagajärgi;</li> <li>• kirjeldab uimastite (alkoholi, tubaka) tarbimise mõju õppimisvõimele ja käitumisele;</li> <li>• selgitab meeleelundite ülesandeid ja tervishoidu.</li> </ul>
<p><b>Perekond ja kodukoht</b></p>	
<p><b>Õppesisu</b></p>	<p><b>Õpitulemused</b></p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• elu maal ja linnas, kodukoha eluolu;</li> <li>• perekond, peretraditsioonid;</li> <li>• pühad ja kombed.</li> </ul> <p><b>Praktilised tegevused/tööd</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ajaloomuuseumi/koduloomuuseumi haridusprogrammi külastus;</li> <li>2. liikumispaus tunnis.</li> </ol>	<p>Õpilane</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• jutustab tugikava abil pühade ja rahvakommete tähistamisest oma perekonnas;</li> <li>• teab erinevaid rahvuskombeid;</li> <li>• mõistab, et tema soovide täitumine sõltub vajadustest ja pere sissetulekust.</li> </ul>

<b>Inimene ja aeg</b>	
<b>Õppesisu</b>	<b>Õpitulemused</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• aja määramine minutilise täpsusega, kellaaja kahesugune määramine (toetudes ööpäeva osadele);</li> <li>• päeva ja nädala ajakava, vaba aja tegevuste mitmekesisus (positiivsed ja negatiivsed harjumused päevakavas: ajakulu, valikute tegemine jne).</li> </ul> <p><b>Praktilised tegevused/tööd</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. praktilised laua- ja liikumismängud aja määramiseks, tajumiseks;</li> <li>2. liikumispaus tunnis.</li> </ol>	<p>Õpilane</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• mõistab oma kohustusi ja vastutust seoses õppetööga</li> </ul>
<b>Inimene ja teave</b>	
<b>Õppesisu</b>	<b>Õpitulemused</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• meediakanalite nimetamine;</li> <li>• õpilasele suunatud reklaamide analüüsimine ja teabeallikate juhendatud kasutamine.</li> <li>• Praktilised tegevused/tööd</li> <li>• reklaamplakati kujundamine.</li> </ul>	<p>Õpilane</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• otsib õpetaja juhendamisel teavet teatmeteostest või internetist;</li> <li>• teab, kuidas suhelda sotsiaalmeedias;</li> <li>• teadvustab reklaamide eesmärke.</li> </ul>

<b>Inimene ja töö. Inimene ja asjad</b>	
<b>Õppesisu</b>	<b>Õpitulemused</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• palgatöö, selle tulemus ja eesmärk, ametis püsimise üldised tingimused (võrdlus õpilase käitumisega koolis);</li> <li>• kulutused peres lapse heaolu eest hoolitsemisel (lapse põhivajadused ja soovid, pere majanduslike võimalustega arvestamine jms), asjade väärtus sõltuvalt nende vajalikkusest;</li> <li>• raha hoidmine ja kogumine.</li> </ul> <p><b>Praktilised tegevused/tööd</b></p> <p>1. rahatarkuse lauamängude mängimine.</p>	<p>Õpilane</p> <p>1. mõistab, et tema soovide täitumine sõltub vajadustest ja pere sissetulekust.</p>
<b>Inimene, säästlikkus ja turvalisus</b>	
<b>Õppesisu</b>	<b>Õpitulemused</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• vee ja elektri säästlik tarbimine koolis ja kodus;</li> <li>• olmejäätmete (tava-, taaskasutatavad, ohtlikud jäätmed) käitlemine koduses majapidamises (prügi sorteerimine ja ärapaigutamine, kogumispunktid, jäätmete kompostimine);</li> <li>• liiklusõnnetuste peamised põhjused, liiklusõnnetusest teatamine ja abi kutsumine;</li> <li>• pürotehnika (ost-müük alaealistele, kasutamine);</li> <li>• pommiähvarduse tegemisega kaasnevad ohud ja tagajärjed, käitumine pommiähvarduse korral.</li> </ul> <p><b>Praktilised tegevused/tööd</b></p> <p>2. õppekäik jäätmekäitlusjaama.</p>	<p>Õpilane</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• kirjeldab oma käitumist toimunud konfliktsituatsioonis;</li> <li>• kirjeldab vee ja elektri säästliku tarbimise võimalusi kodus ning koolis;</li> <li>• nimetab olmejäätmete käitlemise viise koduses majapidamises;</li> <li>• kirjeldab ja teadvustab pürotehnika jt ohtlike ainete väärkasutusega kaasnevaid tagajärgi.</li> </ul>

## 6. klass inimeseõpetus

Suhtlemine eakaaslaste ja täiskasvanutega	
Õppesisu	Õpitulemused
<ul style="list-style-type: none"> <li>• miks ja kuidas suhtleme: rääkimine ja kuulamine;</li> <li>• pinged-konfliktid, arusaamatused, nende vältimine ja lahendamine;</li> <li>• valetamine, hädavale, süüteo ülestunnistamine, vabandamine;</li> <li>• iseseisvumine;</li> <li>• suhtlemine vastassugupoolega (tähelepanu köitmine, tunnete verbaalne ja mitteverbaalne väljendamine);</li> <li>• reageerimine (eba)meeldivatele ettepanekutele;</li> <li>• suhtlemine sotsiaalvõrgustikes, enda kohta edastatava infoga seotud turvalisus ja ohud.</li> </ul> <p><b>Praktilised tegevused/tööd</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. paaris- ja rühmatööd teemast lähtuvalt;</li> <li>2. teemade kinnistamine läbi mängude "Kas ma meeldin sulle", "Skulptor ja savi", "Püüa mõjutada oma kaaslast", "Hea sõber", "Mina arvan nii", "Sasipundar", "Kas tõene või väär", "Kuidas saab ema teada, et Ats valetab", "Bingo"</li> </ol>	<p>Õpilane:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• märkab ja jätab suhtlemisel meelde kaaslaste seisukohti, eristab kohast ja kohatut käitumist/suhtlemist;</li> <li>• analüüsib ja hindab õpetaja suunamisel enda ja kaaslaste emotsionaalseid seisundeid ja käitumist (käitumise eesmärk, põhjus–tagajärg suhe);</li> <li>• kasutab tuttavates olukordades suhtlemissituatsioonist, -partnerist ja -eesmärgist lähtuvalt erinevaid väljendusviise;</li> <li>• mõistab vabandamist kui oma süüst/eksimusest arusaamist ja kahetsemist.</li> </ul>
<b>Mina ise</b>	
Õppesisu	Õpitulemused
<ul style="list-style-type: none"> <li>• minapilt, minu võimed ja oskused, huvitegevus;</li> <li>• õppimine ning mis segab õppimist,</li> </ul>	<p>Õpilane:</p>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• inimeste sarnasused ja erinevused;</li> <li>• enesehinnang.</li> </ul> <p><b>Praktilised tegevused/tööd</b></p> <p>1. grupitöö - tunnis käitumise reeglite plakati koostamine.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• kirjeldab ja hindab plaanile toetudes oma huvisid ja toimetulekut koolis (õnnestumised, raskused jms).</li> </ul>
<p><b>Inimese tervis</b></p>	
<p><b>Õppesisu</b></p>	<p><b>Õpitulemused</b></p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• sissejuhatus inimese anatoomiasse lähtuvalt elundite funktsioonidest;</li> <li>• toidu- ja toitained;</li> <li>• toiduainete pakendiinfo (eri toitainete sisaldumine; parim enne jms);</li> <li>• kiirtoit – populaarsuse põhjused, mõju inimese organismile;</li> <li>• üle- ja alatoitumine (dieetid ja näljutamine), selle mõju tervisele;</li> <li>• esmaabi (toidu- jms) mürgituse, looma- ja putukahammustuse korral;</li> <li>• uimastite (sh alkoholi ja tubaka) mõju organismile, käitumisele;</li> <li>• energiajoogid.</li> </ul> <p><b>Praktilised tegevused/tööd</b></p> <p>1. liikumisharjutused - tugi- ja liikumiselundkonna eri osade teadvustamiseks, hüppevõime teadvustamine, naha tunnetamine, pulsi leidmine, lugemine;</p> <p>2. tervisliku salati valmistamine.</p>	<p>Õpilane:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• teab inimese organismi üldist ülesehitust, tunneb joonisel inimfiguuris ära elutähtsad organid;</li> <li>• nimetab ebatervisliku toitumise võimalikke tagajärgi, oskab valida erinevate toitute hulgast tervisele kasulikke;</li> <li>• kirjeldab uimastite mõju organismile ja käitumisele.</li> </ul>

<b>Inimese areng</b>	
<b>Õppesisu</b>	<b>Õpitulemused</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• murdeiga, muutused tüdrukute ja poiste organismis;</li> <li>• erinev arengutempo ja muutuste aktsepteerimine;</li> <li>• poiste ja tüdrukute hügieen, ravikosmeetika vajadus ja kasutamine;</li> <li>• muutused tüdrukute ja poiste käitumises, sh suhtlemises; sobivad ja ebasobivad käitumismallid.</li> </ul> <p><b>Praktilised tegevused/tööd</b></p> <p>1. enda pikkuse ja siruulatuse mõõtmine, võrdlemine.</p>	<p>Õpilane</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• teab murdeega seotud muutusi inimese kehas ja käitumises, mõistab arengu individuaalsust.</li> </ul>
<b>Inimese välimus</b>	
<b>Õppesisu</b>	<b>Õpitulemused</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• riietumine (olukorrale ja kehaehitusele sobiva riietuse,</li> <li>• jalanõude valik, noortemood – riietusesemete otstarbekus);</li> <li>• riiete ja jalanõude puhtus-korrashoid: pesemis- ja hooldusvahendite kasutamine, keemiline puhastus,</li> <li>• juuste igapäevane hooldamine: hooldusvahendid, suhtlemine</li> <li>• juuksuriga;</li> <li>• küünte hooldamine, maniküür, pediküür.</li> </ul> <p><b>Praktilised tegevused/tööd</b></p> <p>2. oma rõivaste hooldusmargistuse leidmine, pesuvahendi kasutajainfo leidmine, kingade puhastamine;</p>	<p>Õpilane</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• hoolitseb oma välimuse eest ja valib olukorrale vastavad rõivad.</li> </ul>

<p>3. rollimäng "Keemilises puhastuses," "Kingsepa juures," "Juuksurialongi külustus",</p> <p>4. grupitöö - jalgade eest hoolitsemise plakati tegemine.</p>	
<p><b>Inimene ja kodu</b></p>	
<p><b>Õppesisu</b></p>	<p><b>Õpitulemused</b></p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• kodu ja koduümbrus (kirjeldus, soovid muudatuste osas;</li> <li>• igapäevane korrashoid);</li> <li>• suurpuhastus kodus (tööde järjekord, jagamine pereliikmetega, vahendid);</li> <li>• külaskäik ja külaliste vastuvõtmine (suulise ja kirjaliku kutse saamine, ettevalmistused sõltuvalt küllakutsest, külas viibimine);</li> <li>• kodukoha (ja Eesti riigi) tuntud inimesed, nende tegevusalad, elukutsed (seos päevakohaste sündmustega);</li> <li>• kodukoha ettevõtted ja nende toodang, töötajate ametid.</li> </ul> <p><b>Praktilised tegevused/tööd</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. joonistamine - unistuste kodu;</li> <li>2. paaris-/grupitöö - klassi korrapidaja kohustuste meelespea koostamine;</li> <li>3. kodukandi tuntud inimeste tutvustamine/tunnikülalised - vallavanem, tuntud sportlane jne.</li> </ol>	<p>Õpilane</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• koostab õpetaja juhendamisel kodu korrashoiuga seotud tegevuste plaani (tööde järjekord, vahendid, tööjaotus).</li> </ul>

<b>Inimene ja teave</b>	
<b>Õppesisu</b>	<b>Õpitulemused</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• olulisemad päevauudised, nende edastamine kaaslastele;</li> <li>• teatmeteosed, Internet (kodukoha tuntumate paikade ja inimeste kohta lühiinfo hankimine ja edastamine koostevuses);</li> <li>• transport kodukohas, kodukoha ümbruses (orienteerumine sõiduplaanides, teabe hankimine, sõidusoodustused);</li> <li>• telefoni ja meedia (sh arvutimängud, sotsiaalmeedia, televisioon jmt) otstarbeka kasutamise vajalikkus, teab võimalikke riske.</li> </ul> <p><b>Praktilised tegevused/tööd</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. kooli kodulehe uurimine, vajaliku info leidmine, kooli kohta info otsimine internetist, erineva teabe otsimine (teater, kohalik kultuuriasutus jms);</li> <li>2. paaris-/rühmatöö - kuulutuse koostamine järgmiseks kooli ürituseks</li> </ol>	<p>Õpilane</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• hangib õpetaja juhendamisel teavet kaaslastelt (küsimuste esitamine) ja eriliigilistest tekstidest (internet, meedia, teatmeteosed, sõiduplaanid);</li> <li>• oskab kasutada kodukoha ühistranspordi sõiduplaane;</li> <li>• mõistab telefoni ja meedia (sh arvutimängud, sotsiaalmeedia, televisioon jmt) otstarbeka kasutamise vajalikkust ning teab võimalikke riske</li> </ul>
<b>Inimene, säästlikkus ja turvalisus</b>	
<b>Õppesisu</b>	<b>Õpitulemused</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• kodukeemia kasutamine (WC, vanni, pliidi ja akna puhastamine), piktogrammide pakendil, kodukeemia väärkasutuse võimalikud tagajärjed;</li> <li>• tulekahju tekkimise ohud koduses majapidamises:</li> </ul>	<p>Õpilane</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• teab kodukeemia ja ravimite väärkasutuse tagajärgi ja selle ennetamise võimalusi;</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"><li>• ohuolukorra hindamine, tulekahju kustutamine (esmaste</li><li>• tulekustutusvahendite kasutamine, hädaabi);</li><li>• ohutusnõuded ujumisel ja veesõidukite kasutamisel,</li><li>• päästevahendite kasutamine.</li></ul> <p><b>Praktilised tegevused/tööd</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. evakuatsiooniteede leidmine koolis ja nende järgi evakueerumine.</li></ol>	<ul style="list-style-type: none"><li>• kirjeldab peamisi tule- ja veeohutuse nõudeid ning käitumisstrateegiaid vastavate õnnetusjuhtumite korral</li></ul>
---	---

## 4 III kooliaste inimeseõpetus

### 4.1 Õpitulemused III kooliastmes

9. klassi lõpetaja:

1. mõistab ühiselu reegleid; suhtleb tavasituatsioonides vastavalt olukorrale ning reageerib adekvaatselt kohatule käitumisele enda ja teiste suhtes;
2. väärtustab turvalisi lähisuhteid; teab peremudeleid ja kirjeldab pereliikmete rolli perekonnas; mõistab lapse saamisega seotud vastutust;
3. mõistab seksuaalsuse olemust ja seksuaalse arengu individuaalsust; teab turvalise seksuaalkäitumise põhimõtteid ja oma vastutust selles;
4. teab oma tugevaid ja nõrku külgi; otsib erinevatest teabeallikatest võimetekohaseid jätkuõppevõimalusi ja teeb enda jaoks optimaalseid valikuid;
5. teab, kuidas kodust ja tööelu korraldada (eluaseme soetamine, raha teenimine ja kulutamise planeerimine; lepingutega seotud kohustused ja õigused);
6. mõistab riskikäitumisega kaasnevaid ohtusid (liiklus, vesi, nutivahendite kasutamine, toitumine, uimastid), oskab ohuolukorras reageerida;
7. oskab küsida teavet ning kasutada erinevaid teabeallikaid (sh nõustamis- ja kriisiabi leidmiseks);
8. teab riigi toimimise üldisi põhimõtteid (sh tervishoiusüsteemi, maksude suhtes); tunneb end Eesti kodanikuna.

#### 4.1.1 Õpitulemused 7. klassis

Õpilane:

1. selgitab ja kaitseb õpetaja suunamisel oma seisukohti, mõistab suhtluspartnerite seisukohtade võimalikku sarnasust/erinevust, oskab reageerida kohatule käitumisele;
2. teadvustab oma positiivseid ja negatiivseid iseloomujooni (3–4), oskab õpetaja suunamisel nimetada negatiivsete omaduste parandamise võimalusi;
3. kirjeldab ja hindab plaani abil oma ja kaaslaste emotsionaalseid seisundeid ning käitumist (motiivid, tingimused, tulemused; reageerimine (eba)õnnestumisele jms);
4. järgib viisakusreegleid, teeb kaaslastele ettepanekuid, vastab nii positiivsetele kui ka negatiivsetele ettepanekutele situatsioonile vastavaid moraalinorme ja käitumisreegleid arvestades;
5. väärtustab (lähi)suhetes sallivust, hoolivust, abistamist ja lugupidamist;
6. kirjeldab, kuidas hoolitseda oma tervise eest (toitumine, kehaline aktiivsus, puhkamine, tervist kahjustavate tegevuste vältimine, arstiabi);
7. oskab endale ja teistele ohtlikes situatsioonides ütelda „ei“ ning vajaduse korral abi kutsuda; demonstreerib õpituatsioonid hädaabi numbrile helistades olulise teabe andmist;
8. mõistab seksuaalsuse olemust ja seksuaalse arengu individuaalsust; teab, kust leida infot noorte nõustamisteenuste kohta;

9. koostab oma tegevuste kohta nädalaplani (tegevuste ajaline järjekord, oma soovide ja võimalustega arvestamine);
10. hangib õpetaja juhendamisel teavet teistelt inimestelt ning erinevatest infoallikatest; edastab kaaslastele teavet (abiks kavapunktid);
11. nimetab sidepidamise viise tänapäeval ja minevikus, kasutab otstarbekalt tänapäevaseid sideteenuseid (e-kirjavahetus, telefon, internet, sotsiaalmeedia); oskab kirjutada e-kirja;
12. teadvustab internetisuhtluses valitsevaid ohte ning mõistab, millist informatsiooni enda ja teiste kohta on sobilik ja turvaline avaldada;
13. mõistab ja oskab kirjeldada töö tähtsust (tulemus, eesmärk, tingimused);
14. oskab nimetada oma pere olulisemaid sissetuleku- ja kuluallikaid;
15. teab jäätmete individuaalseid ja ühiskondlikke käitlemisvõimalusi ja -viise; oskab jäätmeid sorteerida.

#### 4.1.2 Õpitulemused 8. klassis

Õpilane:

1. arvestab ühistegevuses suhtluspartnerite erinevate (sh vastandlike) arvamustega;
2. annab hinnangu oma ja kaaslaste käitumisviiside kohasusele situatsioonis; pakub õpituatsioonis olukordadele sobivaid lahendusi;
3. teab rühma mõju inimese käitumisele ja demonstreerib õpituatsioonis oskust keelduda tegevusest, mis kahjustab teda ennast ja teisi;
4. nimetab oma emotsioone ja teab erinevaid võimalusi emotsioonide reguleerimiseks;
5. kirjeldab peamisi tervist tugevdavaid ja toetavaid tegureid; teab ja oskab igapäevaelus teha tervislikke valikuid seoses oma füüsilise, vaimse ja sotsiaalse tervisega;
6. teab tervisliku toitumise, kehalise aktiivsuse ja unerežiimi põhimõtteid ning mõistab nende rakendamise olulisust igapäevaelus;
7. kirjeldab oma tervislikku seisundit, oskab pöörduda abi saamiseks arsti poole (registreerimine vastuvõtule, kojukutse, hädaabi);
8. teab, mida tähendab ravikindlustus ning oskab nimetada tervishoiuteenuseid;
9. väärtustab lähisuhteid, oskab kontakti luua ning teab, kuidas suhteid hoida; tunneb ära lähisuhtevägivalla;
10. teab turvalise seksuaalkäitumise põhimõtteid (sh rasedusest hoidumine) ja mõistab seksuaalelu alustamisega seotud vastutust; eristab lubatud ja lubamatut seksuaalkäitumist;
11. teab ja leiab olulisi infoallikaid tervisetabe, nõustamis- ja kriisiabi võimaluste kohta kodukohas või selle lähiümbruses; teab, millal ja kuidas pöörduda õiguskaitseorganite poole;
12. mõistab riskikäitumisega kaasnevaid ohtusid liikluses, vees, toitumisel, nutivahendite kasutamisel, uimastite omamisel ja tarbimisel;
13. hoolitseb oma riiete eest ja valib olukorrale sobiva riietuse; teab riiete hooldusmärkide tähendusi;

14. teab erinevaid panga- ja e-teenuseid ning vastavaid veebikeskkondi;
15. teadvustab oma võimete, teadmiste ja oskuste tugevaid ja nõrku külgi;
16. teab sobiva elukutse omandamise võimalusi.

### 4.1.3 Õpitulemused 9. klassis

Õpilane:

1. valib suhtlemisviisi vastavalt olukorrale ja kasutab asjakohaseid suhtlemise osaoskusi (kuulab vestluspartnerit, esitab küsimusi, selgitab oma seisukohti, otsib lahendust erimeelsustele, tunnistab oma eksimusi);
2. hindab oma ja kaaslaste käitumise vastavust ühiskonnas kokkulepitud normidele ja reeglitele;
3. teab erinevaid peremudeleid ning kirjeldab pereliikmete rolli ja vastutust perekonnas;
4. teab kooselu reegleid ja norme toetavates inimsuhetes, väärtustab hoolivust, ausust, õiglust ja vastutustunnet;
5. mõistab lapse saamisega seotud vastutust, kirjeldab lapse arengut ja vanemate rolli lapse kasvamisel; teab peamisi pere ja laste elu reguleerivad seadusi ja sotsiaaltoetusi;
6. oskab planeerida raha teenimise ja kulutamise seotud tegevusi;
7. kirjeldab eluaseme omandamise, sisustamise ning hooldamisega seotud vajadusi, võimalusi, ohtusid ja kohustusi;
8. hindab nõustaja suunamisel oma võimeid, teadmisi, oskusi, jätkuõppe võimalusi ja tingimusi ning teeb enda jaoks sobiva karjäärivaliku;
9. teab oma peamisi õigusi ja kohustusi töötajana, nimetab info ja abi saamise võimalusi tööõigusega seotud küsimustes;
10. mõistab lepinguta töötamise ja ümbrikupalgaga seotud riske ja negatiivseid tagajärgi; tunneb töö otsimisel ära inimkaubandusele viitavad märgid;
11. teab riigi toimimise üldisi põhimõtteid (tervishoiusüsteem, maksud jm);
12. oskab küsida teavet kaasinimestelt ja kasutada info leidmiseks erinevaid teabeallikaid.

## 7. klass inimeseõpetus

<b>Mina ise</b>	
<b>Õppesisu</b>	<b>Õpitulemused</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• mina-pilt: positiivsed ja negatiivsed iseloomuomadused, sarnasused ja erinevused kaaslastega, negatiivsete omaduste parendamisvõimalused;</li> <li>• enesehinnang (erineva enesehinnanguga inimeste käitumine, minu ja kaaslaste reageeringud kiitusele, laitudele, õnnestumisele, ebaõnnestumistele jms; hinnangud reageeringutele, käitumisele; võimalikud lahendused).</li> </ul> <p><b>Praktilised tegevused/tööd</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. tutvustava video tegemine tööle kandideerimisel;</li> <li>2. rollimängud madala ja kõrge enesehinnangu mõistmiseks.</li> </ol>	<p>Õpilane</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• teadvustab oma positiivseid ja negatiivseid iseloomujooni;</li> <li>• oskab õpetaja suunamisel nimetada negatiivsete omaduste parandamise võimalusi;</li> <li>• kirjeldab ja hindab plaani abil oma ja kaaslaste emotsionaalseid seisundeid ning käitumist (motiivid, tingimused, tulemused, reageerimine (eba)õnnestumisele jms)</li> </ul>
<b>Suhtlemine eakaaslaste ja täiskasvanutega</b>	
<b>Õppesisu</b>	<b>Õpitulemused</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• suhtlussituatsioonide kirjeldamine oma ja teise positsioonilt;</li> <li>• suhtluspartneri soovide, kavatsuste variatiivsed väljendusviisid;</li> <li>• hinnang suhtluspartnerite käitumisele (motiivid, tingimused, tulemused);</li> <li>• eriarvamused (oma seisukohtade selgitamine ja kaitsmine, nõustumine kaaslasearvamusega);</li> <li>• konfliktide lahendamise võimalused;</li> </ul>	<p>Õpilane</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• selgitab ja kaitseb õpetaja suunamisel oma seisukohti, mõistab suhtluspartnerite seisukohtade võimalikku sarnasust ja</li> <li>• erinevust, oskab reageerida kohatule käitumisele;</li> <li>• kirjeldab ja hindab plaani abil oma ja kaaslaste emotsionaalseid seisundeid ning käitumist (motiivid, tingimused, tulemused);</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• suhtlussituatsioonid ja -strateegiad: agressiivne ennastkehtestav ja alistuv käitumine; süüdistamine, kriitika; iroonia, must huumor;</li> <li>• arusaamatused ja konfliktid kodus, sõprade vahel;</li> <li>• iseloomujooned ja käitumine, mida sõprades, sh vastassugupooles hinnatakse;</li> <li>• noormehe ja neiu omavaheline suhtlemine (kaaslane kinos, teatris, peol: kutsumine, nõustumine ja keeldumine, alternatiivsete ettepanekute esitamine, kaaslasega arvestamine jne).</li> </ul> <p><b>Praktilised tegevused/tööd</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. õppevideote vaatamine ja arutelu nende põhjal;</li> <li>2. teemade kinnistamine: mängud "Mina ka!",</li> <li>3. "Kuum pall", "Vaikiv koostöö".</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• reageerimine (eba)õnnestumisele jms;</li> <li>• järgib viisakusreegleid, teeb kaaslastele ettepanekuid, vastab nii positiivsetele kui ka negatiivsetele ettepanekutele situatsioonile vastavaid moraalinorme ja käitumisreegleid arvestades;</li> <li>• väärtustab (lähi)suhetes sallivust, hoolivust, abistamist ja lugupidamist;</li> <li>• koostab oma tegevuste kohta nädalaplani (tegevuste ajaline järjekord, oma soovide ja võimalustega arvestamine).</li> </ul>
<p><b>Seksuaalsus ja lähedus</b></p>	
<p><b>Õppesisu</b></p>	<p><b>Õpitulemused</b></p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• sõprus, armumine, armastus, käimine;</li> <li>• oma tunnete väljendamine, tunnetest rääkimine, lähedus, aja koosveetmine, ühised tegevused;</li> <li>• seksuaalsuse trepp ja arengu individuaalsus;</li> <li>• seksuaalsuhted: partnerite valmisolek, seksuaalsuhtest keeldumine, selle edasilükkamine, vastutus seoses seksuaalelu alustamisega, noorte nõustamisteenused;</li> <li>• mittesobilik seksuaalne käitumine, ahistamine, käitumine seksuaalse ahistamise korral;</li> </ul>	<p>Õpilane</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• mõistab seksuaalsuse olemust ja seksuaalse arengu individuaalsust;</li> <li>• teab, kust leida infot noorte nõustamisteenuste kohta;</li> <li>• väärtustab (lähi)suhetes sallivust, hoolivust, abistamist ja lugupidamist;</li> <li>• oskab endale ja teistele ohtlikes situatsioonides ütelda „ei“ ning vajaduse korral abi kutsuda;</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• kutse esitamine ning ebageeldivale kutsele vastamine.</li> </ul> <p><b>Praktilised tegevused/tööd</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. õppevideote vaatamine ja arutelu nende põhjal;</li> <li>2. ühise küsimuse kirjutamine seksuaaltervise lehele.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• demonstreerib õpituatsioonis hädaabi numbrile helistades olulise teabe andmist.</li> </ul>
<p><b>Minu tervis</b></p>	
<p><b>Õppesisu</b></p>	<p><b>Õpitulemused</b></p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• minu toiduvalik ja seda mõjutavad tegurid, mitmekesise toidu tähtsus;</li> <li>• kehaline aktiivsus tervise tugevdajana (kehalise aktiivsuse vormid, võimalused koolis, kodukohas);</li> <li>• arsti (kiirabi, perearsti, hambaarsti) poole pöördumine (registratuur, vestlus vastuvõtul, konsultatsioon telefoni teel);</li> <li>• tuntumad ravimtaimed (korjamine, säilitamine, apteegist ostmine; kasutamine);</li> <li>• enamlevinud nakkushaigused, nende levimise viisid, HIV ja AIDS;</li> <li>• esmaabi mao- ja puugi hammustuse korral;</li> <li>• uimastite tarbimise enamlevinud põhjused noorte hulgas;</li> <li>• käitumine uimastitega seotud olukordades, abi kutsumine.</li> </ul> <p><b>Praktilised tegevused/tööd</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. paaris-/meeskonnatöö - retseptide järgi tervisliku toidu valmistamine;</li> <li>2. pildikollaaži valmistamine teemal "Kuidas hoian end haiguste eest?";</li> </ol>	<p>Õpilane</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• kirjeldab, kuidas hoolitseda oma tervise eest (toitumine, kehaline aktiivsus, puhkamine, tervist kahjustavate tegevuste vältimine, arstiabi);</li> <li>• oskab endale ja teistele ohtlikes situatsioonides ütelda „ei“ ning vajaduse korral abi kutsuda; demonstreerib õpituatsioonis hädaabi numbrile helistades olulise teabe andmist;</li> <li>• hangib õpetaja juhendamisel teavet teistelt inimestelt ning erinevatest infoallikatest; edastab kaaslastele teavet (abiks kavapunktid).</li> </ul>

3. katsed pulsi sageduse mõõtmiseks, koordineerimise harjutamiseks.	
<b>Töö ja raha</b>	
<b>Õppesisu</b>	<b>Õpitulemused</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• töö lapse ja täiskasvanu elus (tööde liigid, töö tulemus, eesmärk, tingimused; kohusetunne ja vastutus tulemuste eest);</li> <li>• minu pere sissetulekud (palk, tootmine, toetused);</li> <li>• minu pere väljaminekud (eluase, toit, riided, transport, meelelahutus).</li> </ul> <p><b>Praktilised tegevused/tööd</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. õppevideote vaatamine ja arutelu nende põhjal;</li> <li>2. teema kinnistamine: mäng "Rahaotsija".</li> </ol>	<p>Õpilane</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• mõistab ja oskab kirjeldada töö tähtsust (tulemus, eesmärk, tingimused);</li> <li>• oskab nimetada oma pere olulisemaid sissetuleku- ja kuluallikaid.</li> </ul>
<b>Arukas tarbimine</b>	
<b>Õppesisu</b>	<b>Õpitulemused</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• isikut tõendav dokument (ID-kaart, pass), selle muretsemine ja kasutamine;</li> <li>• isikuandmete turvaline hoidmine, enda ja teiste kohta info edastamine Internetis, sellega kaasnedavad võivad ohud ja ohtude vältimine;</li> <li>• kirjavahetus (kirja saatmine Eesti piires ja välismaale; tähtis kiri; e-kiri, e-kaart; kirjavahetus tänapäeval ja minevikus);</li> <li>• telefon (telefoniraamatu kasutamine; infotelefon; sidepidamine tänapäeval ja minevikus);</li> </ul>	<p>Õpilane</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• nimetab sidepidamise viise tänapäeval ja minevikus, kasutab otstarbekalt tänapäevaseid sideteenuseid (e-kirjavahetus, telefon, internet, sotsiaalmeedia); oskab kirjutada e-kirja;</li> <li>• teadvustab internetisuhtluses valitsevaid ohte ning mõistab, millist informatsiooni enda ja teiste kohta on sobilik ja turvaline avaldada;</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• hädaabi kutsumine erinevate õnnetusjuhtumite korral.</li> <li>• juhtumid, kus tuleb pöörduda politseisse.</li> </ul> <p><b>Praktilised tegevused/tööd</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. e-kirja saatmise juhiste uurimine, e-kirja koostamine, kirjutamine ja saatmine;</li> <li>2. paaristöö telefonikõne häirekeskuse töötajale.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• oskab endale ja teistele ohtlikes situatsioonides ütelda „ei“ ning vajaduse korral abi kutsuda; demonstreerib õpisituatsioonis hädaabi numbrile helistades olulise teabe andmist.</li> </ul>
<p><b>Teave ja infovahetus</b></p>	
<p><b>Õppesisu</b></p>	<p><b>Õpitulemused</b></p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Eestimaal elavad teised rahvused; kultuurilise mitmekesisuse rikastav roll, sallivus teiste rahvuste ja kultuuride suhtes;</li> <li>• oma tuba: toa plaan, toa sisustamine ja korrashoid;</li> <li>• kodu kaunistamine tähtpäevadeks (seos peretraditsioonidega);</li> <li>• vaba aja ja tegevuste planeerimine (võimalused ja pakkumised kodukohas ja lähiümbruses jne), tegevuste mitmekesisus;</li> <li>• matk, ekskursioon kodukohas, koduümbruses (planeerimine koostegevuses: info otsimine vaatamisväärsuste kohta, valikute tegemine, ettevalmistuste planeerimine (sh reisikoti pakkimine); kirjalik meelepea kaaslastele; plaani tutvustamine ja põhjendamine jms);</li> <li>• noorteüritused, -peod (kodused peod; kooli-, linna- jm peod: käitumine, riskid); peo praktiline planeerimine sünnipäeva ja klassiõhtu näitel;</li> <li>• reisimine, erinevad transpordivahendid, hääletamisel (eelised võrreldes ühistranspordiga, riskid).</li> </ul>	<p>Õpilane</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• koostab oma tegevuste kohta nädalaplaani (tegevuste ajaline järjekord, oma soovide ja võimalustega arvestamine);</li> <li>• hangib õpetaja juhendamisel teavet teistelt inimestelt ning erinevatest infoallikatest; edastab kaaslastele teavet (abiks kavapunktid).</li> </ul>

**Praktilised tegevused/tööd**

1. õppevideote vaatamine ja arutelu nende põhjal;
2. pildikollaaži valmistamine teemal "Minu unistuste tuba".

## 8. klass inimeseõpetus

<b>Käitumine rühmas</b>	
<b>Õppesisu</b>	<b>Õpitulemused</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• rühmakäitumine: erinevad rühmad ja rollid;</li> <li>• reeglid ja normid rühmas;</li> <li>• inimsuhteid toetavad reeglid ja normid;</li> <li>• rühma kuulumine, selle positiivsed ja negatiivsed küljed;</li> <li>• hoolivus rühmas;</li> <li>• rühma surve ja toimetulek sellega;</li> <li>• sõltumatus, selle olemus;</li> <li>• autoriteet.</li> </ul> <p><b>Praktilised tegevused/tööd</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. õppevideote vaatamine ja arutelu nende põhjal;</li> <li>2. Ühistöö – Mäetaguse Põhikooli kodukorrast oluliste punktide leidmine, kokkulepped inimeseõpetuse tundideks.</li> </ol>	<p>Õpilane</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• arvestab ühistegevuses suhtluspartnerite erinevate (sh vastandlike) arvamustega;</li> <li>• annab hinnangu oma ja kaaslaste käitumisviiside kohasusele situatsioonis; pakub õpituatsioonis lahendusi;</li> <li>• teab rühma mõju inimese käitumisele ja demonstreerib õpituatsioonis oskust keelduda tegevusest, mis kahjustab teda ennast ja teisi.</li> </ul>
<b>Lähisuhted ja perekond</b>	
<b>Õppesisu</b>	<b>Õpitulemused</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• seksuaalsus: seksuaalne orientatsioon - kas poisi või tüdrukuga, soostereotüübid;</li> <li>• paarissuhe - mis ja kuidas?, kui kaugele oled valmis minema?; turvalised paarissuhted; kuidas suhet hoida?;</li> <li>• perekond: peremudelid, pereliikmete rollid;</li> </ul>	<p>Õpilane</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• väärtustab lähisuhteid, oskab kontakti luua ning teab, kuidas suhteid hoida;</li> <li>• tunneb ära lähisuhtevägivalla;</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• emotsioonide juhtimine;</li> <li>• vägivald lähisuhtes, kuidas vägivaldset käitumist ära tunda?, kust abi saab?</li> </ul> <p><b>Praktilised tegevused/tööd</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. õppevideote vaatamine ja arutelu nende põhjal;</li> <li>2. teemade kinnistamine: mängud "Ühest rühmast teise," "Zip-zap-zop," "Soojenduseks-tervituseks".</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• teab turvalise seksuaalkäitumise põhimõtteid (sh rasedusest hoidumine) ja mõistab seksuaalelu alustamisega seotud vastutust. eristab lubatud ja lubamatut seksuaalkäitumist;</li> <li>• nimetab oma emotsioone ja teab erinevaid võimalusi emotsioonide reguleerimiseks.</li> </ul>
<p><b>Tervise hoidmine</b></p>	
<p><b>Õppesisu</b></p>	<p><b>Õpitulemused</b></p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• tervis - mis see on?, tervist toetav toitumine, kuidas inimesed toituvad?;</li> <li>• liikumine muudab tervise tugevaks, sinu liikumisharjumus;</li> <li>• uni - tervislik valik, vaimne tervis ja stress, depressioon;</li> <li>• tervishoiusüsteem Eestis, terviseinfo;</li> <li>• abi küsimine ja arsti poole pöördumine;</li> <li>• kriisiolukorrad.</li> </ul> <p><b>Praktilised tegevused/tööd</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. õppevideote vaatamine ja arutelu nende põhjal;</li> <li>2. paaris-/ rühmatöö - juhtumite analüüs.</li> </ol>	<p>Õpilane</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• kirjeldab peamisi tervist tugevdavaid ja toetavaid tegureid;</li> <li>• teab ja oskab igapäevaelus teha tervislikke valikuid seoses oma füüsilise, vaimse ja sotsiaalse tervisega;</li> <li>• teab tervisliku toitumise, kehalise aktiivsuse ja unerežiimi põhimõtteid ning mõistab nende rakendamise olulisust igapäevaelus;</li> <li>• kirjeldab oma tervislikku seisundit, oskab pöörduda abi saamiseks arsti poole (registreerimine vastuvõtule, kojukutse, hädaabi);</li> <li>• teab, mida tähendab ravikindlustus ning oskab nimetada tervishoiuteenuseid;</li> <li>• teab ja leiab olulisi infoallikaid terviseteabe, nõustamis- ja kriisiabi võimaluste kohta kodukohas või selle lähiümbruses;</li> <li>• teab, millal ja kuidas pöörduda õiguskaitseorganite poole.</li> </ul>

<b>Riskikäitumine</b>	
<b>Õppesisu</b>	<b>Õpitulemused</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>toimetulek vägivallaga: vägivalla vormid, vägivallast hoidumine, vägivallaga toimetulek, hinnang individuaalsele ja rühmakäitumisele; nõustamis- ja kriisiabi kodukohas;</li> <li>kuriteo ohvriks langemine, pöördumine õiguskaitseorganite poole;</li> <li>seksuaalvägivald, valehäbi, ohvriabi;</li> <li>uimastid ja kuritegevus, uimastitega seotud seaduste põhipunktid, uimastite tarvitamisega seotud tervise-, sotsiaalsed ja juriidilised riskid, sõltuvuse kujunemine;</li> <li>käitumine uimastitega seotud situatsioonides, esmaabi.</li> </ul> <p><b>Praktilised tegevused/tööd</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>õppevideote vaatamine ja arutelu nende põhjal;</li> <li>paaris-/ rühmatöö: plakati koostamine noored.alkoinfo.ee teemadel</li> </ul>	<p>Õpilane</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>teab ja leiab olulisi infoallikaid tervisetabe, nõustamis- ja kriisiabi võimaluste kohta kodukohas või selle lähiümbruses;</li> <li>teab, millal ja kuidas pöörduda õiguskaitseorganite poole;</li> <li>mõistab riskikäitumisega kaasnevat ohtusid liikluses, vees, toitumisel, nutivahendite kasutamisel, uimastite omamisel ja tarbimisel.</li> </ul>
<b>Inimene ja välimus</b>	
<b>Õppesisu</b>	<b>Õpitulemused</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>eakohane igapäevane ja pidulik riietus, aksessuaarid (nt koolilõpupidu);</li> <li>taaskasutus;</li> <li>rõivaste ja jalatsite hooldus, hooldusmärgid.</li> </ul>	<p>Õpilane</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>hooldab oma riide eest ja valib olukorrale sobiva riietuse;</li> <li>teab riide hooldusmärkide tähendusi.</li> </ul>

<p><b>Praktilised tegevused/tööd</b></p> <p>1. paaristöö -rõivaste hooldusmärkide uurimine, spordijalatsitele hooldamisjuhise koostamine.</p>	
<p><b>Inimene ja teave</b></p>	
<p><b>Õppesisu</b></p>	<p><b>Õpitulemused</b></p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• kohalik ajaleht;</li> <li>• Eestis ilmuvad ajalehed ja ajakirjad, ajakirjanduse tellimine;</li> <li>• uudisteportaalid internetis, internetis leiduva informatsiooni varieeruv kvaliteet.</li> </ul> <p><b>Praktilised tegevused/tööd</b></p> <p>1. paaristöö - uudiste leidmine portaalist, ajalehest.</p>	<p>Õpilane</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• teab ja leiab olulisi infoallikaid</li> </ul>
<p><b>Inimesed, asjad, raha</b></p>	
<p><b>Õppesisu</b></p>	<p><b>Õpitulemused</b></p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• arve avamine pangas, hoiuse igapäevane kasutamine (sularahaautomaat jne);</li> <li>• maksete liigid kodus majapidamises, maksete tasumise võimalused, täpsus;</li> <li>• igapäevased sisseostud: ostukoha valik (kauplus, turg jms), kulude planeerimine päevaks, nädalaks, ostutoimingud;</li> <li>• ühiskondliku toitlustamise asutused (menüü, arve, käitumisetikett sh kaaslase kutsumine, toidu kojutellimine.);</li> <li>• kataloogikaubandus (tellimine, riskid, kauba tagastamine).</li> </ul>	<p>Õpilane</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• teab erinevaid panga- ja e-teenuseid ning vastavaid veebikeskkondi</li> </ul>

<p><b>Praktilised tegevused/tööd</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. õppevideote vaatamine ja arutelu nende põhjal;</li> <li>2. teema kinnistamiseks: väärtusmäng - "Mis on sinu jaoksoluline".</li> </ol>	
<p><b>Edasiõppimise võimalused</b></p>	
<p><b>Õppesisu</b></p>	<p><b>Õpitulemused</b></p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• eneseanalüüs: tööalased huvid, võimed, oskused, isiksuseomadused;</li> <li>• jätkuõppevõimalused (erialad, õppeasutused);</li> <li>• mida elukutsevalikul arvestada?</li> </ul> <p><b>Praktilised tegevused/tööd</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. õppevideote vaatamine ja arutelu nende põhjal</li> </ol>	<p>Õpilane</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• teadvustab oma võimete, teadmiste ja oskuste tugevaid ja nõrku külgi;</li> <li>• teab sobiva elukutse omandamise võimalusi.</li> </ul>

## 9. klass inimeseõpetus

<b>Lähisuhted</b>	
<b>Õppesisu</b>	<b>Õpitulemused</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• paarissuhte algus, tutvumisest suhteni, rasedusest hoidumine;</li> <li>• "Me saame lapse!", loote areng ja sünnitus;</li> <li>• vanemate kohustused pärast lapse sündi, vastsündinu eest hoolitsemine, lapse areng esimesel eluaastal, lapse arengu jälgimine;</li> <li>• pereliikmete rollid lastega peredes;</li> <li>• perekonnaseadus;</li> <li>• lahkuminek.</li> </ul> <p><b>Praktilised tegevused/tööd</b></p> <p>1. õppevideote vaatamine ja arutelu nende põhjal</p>	<p>Õpilane</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• valib suhtlemisviisi vastavalt olukorrale ja kasutab asjakohaseid suhtlemise osaoskusi (kuulab vestluspartnerit, esitab küsimusi, selgitab oma seisukohti, otsib lahendust erimeelsustele, tunnistab oma eksimusi);</li> <li>• hindab oma ja kaaslaste käitumise vastavust ühiskonnas kokkulepitud normidele ja reeglitele;</li> <li>• teab erinevaid peremudeleid ning kirjeldab pereliikmete rolli ja vastutust perekonnas;</li> <li>• teab kooselu reegleid ja norme toetavates inimsuhetes, väärtustab hoolivust, ausust, õiglust ja vastutustunnet;</li> <li>• mõistab lapse saamisega seotud vastutust, kirjeldab lapse arengut ja vanemate rolli lapse kasvamisel;</li> <li>• teab peamisi pere ja laste elu reguleerivaid seadusi ja sotsiaaltoetusi.</li> </ul>
<b>Eelarve planeerimine</b>	
<b>Õppesisu</b>	<b>Õpitulemused</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• pere sissetulekud (palk, toetused), igapäevaste kulutuste</li> <li>• planeerimine (eluase, toit, riietus, transport, vaba aeg);</li> </ul>	<p>Õpilane</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• oskab planeerida raha teenimise ja kulutamise seotud tegevusi;</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• kulutuste kasv perekonna suurenemisel (sh lemmiklooma võtmisel);</li> <li>• suurte väljaminekute planeerimine (soovid, võimalused, riskid: raha säästmine ja hoiustamine, järelmaks, krediit, laen, liising);</li> <li>• kaupade-teenuste garantii (müüjalt teabe hankimine, garantii</li> <li>• võimaluste-tingimuste kohta).</li> </ul> <p><b>Praktilised tegevused/tööd</b></p> <p>1. paaristöö - kulude ja tulude uurimine ning selgitamine.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• teab riigi toimimise üldisi põhimõtteid (tervishoiusüsteem, maksud jm);</li> <li>• oskab küsida teavet kaasinimestelt ja kasutada info leidmiseks erinevaid teabeallikaid.</li> </ul>
<p><b>Eluase</b></p>	
<p><b>Õppesisu</b></p>	<p><b>Õpitulemused</b></p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• eluaseme liigid, eluaseme otsimine, arvestades pere vajadusi ja võimalusi (müügikuulutused, kinnisvarafirmad);</li> <li>• üürileping, selle tingimused (üürniku õigused ja kohustused, „halva” lepingu ohud);</li> <li>• eluaseme sisustuse planeerimine: hädavajalik sisustus,</li> <li>• sisustuse hankimise (ostude) järjekord, ratsionaalne paigutus, kujundusdetailid;</li> <li>• eluaseme, olmetehnika soetamine, hooldus ja remont: teabe hankimine võimaluste, tingimuste ja abiteenuste kohta (müüja, telefoniraamat, kasutusjuhend jne).</li> </ul> <p><b>Praktilised tegevused/tööd</b></p> <p>1. õppevideote vaatamine ja arutelu nende põhjal;</p> <p>2. kohaliku kutseõppeasutuse õpilaskodu kohta info leidmine;</p>	<p>Õpilane</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• kirjeldab eluaseme omandamise, sisustamise ning hooldamisega seotud vajadusi, võimalusi, ohtusid ja kohustusi;</li> <li>• oskab küsida teavet kaasinimestelt ja kasutada info leidmiseks erinevaid teabeallikaid.</li> </ul>

3. paaristöö - üürilepingu täitmine.	
<b>Karjääri planeerimine</b>	
<b>Õppesisu</b>	<b>Õpitulemused</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• jätkuõppevõimalused, valikute tegemine, arvestades huvisid, võimeid ja majanduslikke võimalusi (transport, elamiskulud jms), kutsenõustamine;</li> <li>• kohalik tööhõiveamet, tööturuteenused tööotsijale, töötus;</li> <li>• töötaja põhilised õigused ja kohustused, lepinguta töötamisega kaasnevad riskid ja tagajärjed, ümbrikupalk;</li> <li>• abi leidmine tööõigusega seotud küsimustes;</li> <li>• inimkaubandus: tööorjus ja prostitutsioon, ohvriks sattumise põhjused, inimkaubandusele viitavad märgid (kuulutuses, tööpakkuja käitumises), ohtude teadvustamine, käitumine ohvriks sattumise korral, ohvriabi.</li> </ul> <p><b>Praktilised tegevused/tööd</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. õppevideote vaatamine ja arutelu nende põhjal;</li> <li>2. paaristöö - rollimäng "Töövestlus".</li> </ol>	<p>Õpilane</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• hindab nõustaja suunamisel oma võimeid, teadmisi, oskusi, jätkuõppe võimalusi ja tingimusi ning teeb enda jaoks sobiva karjäärivaliku;</li> <li>• teab oma peamisi õigusi ja kohustusi töötajana, nimetab info ja abi saamise võimalusi tööõigusega seotud küsimustes;</li> <li>• mõistab lepinguta töötamise ja ümbrikupalgaga seotud riske ja negatiivseid tagajärgi; tunneb töö otsimisel ära inimkaubandusele viitavad märgid;</li> <li>• oskab küsida teavet kaasinimestelt ja kasutada info leidmiseks erinevaid teabeallikaid.</li> </ul>