**Ainekava**

**Inimeseõpetus II kooliaste**

|  |  |
| --- | --- |
| Klass: 7. | Tunde nädalas: 1 |

Ainekava aluseks on riiklik õppekava ja selle [lisa nr 6](https://www.riigiteataja.ee/aktilisa/1080/3202/3005/18m_pohi_lisa6.pdf) ning põhikooli lihtsustatud riiklik õppekava. Põltsamaa Ühisgümnaasiumi ainekavas on välja toodud rõhuasetused, kooli eripärast tulenevalt olulisim. Kooli ja valdkonna eripärad on kirjeldatud kooli õppekava üldosas ning valdkonnakavades.

**Õppeaine kirjeldus**

Inimeseõpetuse eesmärk on toetada õpilase sotsiaalsete ja emotsionaalsete oskuste arengut, õppides ennast tundma, vastutustundlikult oma suhteid kujundama, olema terviseteadlik, aus, hooliv ja õiglane.

**Kooliastme teadmised, oskused ja hoiakud**

1. Teab, kuidas ühiskond mõjutab inimeste tervisekäitumist, suhtlemist ja õppimist.
2. Mõistab inimese arengut murde- ja noorukieas.
3. Teab, kuidas kujundada ja hoida positiivset suhtumist iseendasse.
4. Väärtustab enese arendamise vajadust ja elukestvat õpet, mõistab oma võimalusi ja vastutust enda elutee kujundamisel.
5. On loov ja ettevõtlik.
6. Mõistab, et inimene on sotsiaalne olend, mõistab normide vajalikkust ühiselus. Väärtustab hoolivust, ausust, õiglust ja vastutustunnet aktiivse ühiskonnaliikmena.
7. Teab, et inimesed erinevad rahvuse, soo, vaimse ja füüsilise suutlikkuse ning vaadete ja usutunnistuste poolest; on erinevuste suhtes salliv.
8. Teab, et ühiskond kaitseb laste tervist ja heaolu seadustega.
9. Kasutab terviseinfo saamiseks teaduspõhiseid allikaid ja spetsialistide abi.
10. Väärtustab positiivseid suhteid, nende loomist ja hoidmist. Mõistab ja aktsepteerib inimliku läheduse erinevaid avaldumisviise.
11. Mõistab ja aktsepteerib seksuaalse arengu individuaalsust, seksuaalse identiteedi erinevaid avaldumisvorme ja seksuaalõigusi.
12. Mõistab füüsilise, vaimse ja sotsiaalse tervise vastastikust seost ja neid mõjutavaid tegureid.
13. Mõistab eluviisi, keskkonna ja pärilikkuse mõju tervisele ning tervisliku eluviisi ja turvalise käitumise tähtsust igapäevaelus.
14. Väärtustab partnerite vastutustundlikku käitumist seksuaalsuhetes. Oskab leida infot seksuaaltervist puudutavate küsimuste kohta.

**Hindamine**

Inimeseõpetuses hinnatakse õpilaste teadmisi ja oskusi ning nende seostamist. Õpilase hoiakute ja väärtushinnangute kohta antakse tagasisidet.

Õpitulemusi (teadmisi ja oskusi) saab arendada ja kontrollida eri tüüpi ülesannetega. Inimeseõpetuse tundides on sobilikud ja olulisel kohal näiteks ühisarutelud, loomingulised ja empaatia ülesanded, erineva allika (nt pilt, foto, video) analüüs, juhtumianalüüs ja läbimäng, esitluse koostamine, õppemängud, uurimuslikud ülesanded, erinevate valikute tegemist võimaldavad ülesanded (nt mitme valikuga küsimused testis).

Hindamisviisid õppeprotsessi kestel: suuline ja/või kirjalik hindamine, tagasiside, edasiside, numbriline hindamine, enesehindamine, eneseanalüüs, enesekontroll, kaasõpilaste hindamine. Rakendatakse mitteeristavat hindamist - AR (arvestatud) ja MA (mittearvestatud).

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Õpitulemused** | **Õppesisu**  Mida õpetajad õpetavad, mida õpilased õpivad?  (teemade lühikirjeldus) | **Üldpädevused, läbivad teemad, lõimingud**  Kuidas toetatakse üldpädevuste saavutamist? Milliseid läbivaid teemasid käsiteltakse? Millised on lõimingu võimalused? *Õpioskuste kujundamine.* |
| **Inimese areng ja murdeiga** | | |
| Kirjeldab pärilike ja keskkonnategurite, nt elukeskkonna, ümbritsevate inimeste ja hariduse mõju inimese arengule ja otsustele. | Õpilane selgitab mõisted *kasvamine, areng* ja *küpsemine* ning toob näiteid inimese arengut mõjutavate arengutegurite (bioloogilised ja sotsiaalsed; normatiivsed ja mittenormatiivsed) kohta inimese elukaare jooksul erinevatel arenguperioodidel.  Õpilane selgitab ja seostab murde- ja noorukiea tunnused ja piire üleminekul lapseeast täiskasvanuikka.  Õpilane teab suguküpsuse olemust ning murdeeas toimuvaid keha ja välimusega (esmased ja teisesed sugutunnused) seotud muutusi ning nende erinevat individuaalset arengutempot.  **Mõisted, märksõnad**  Areng, küpsemine, kasvamine, õppimine, pärilikkus, keskkonna mõju, inimese valikud;  ühiskonna mõju inimese kasvamisele ja arengule;  inimese elukaar, murde- ja noorukiea koht elukaares;  murde- ja noorukiea iseloomulikud tunnused;  suguküpsus, sootunnused, keha muutumine. | **Üldpädevused**  Enesemääratluspädevus - ülesannetes murde- ja noorukieas toimuvate muutuste kirjeldamine ja selgitamine.  Sotsiaalne ja kodanikupädevus - koostöö rühmas ja paaris, erinevate arvamuste aktsepteerimine.  Ettevõtlikkuspädevus - oma õpitegevuste planeerimine, rühmatöödes initsiatiivi näitamine.  **Läbivad teemad**  Kultuuriline identiteet – murdeea vaimsete ja sotsiaalsete muutuste käsitlemisel mõistmine ja näidete toomine erinevate kultuuride kohta täisealiseks saamise rituaalides.  Tervis ja ohutus – murdeeaga seotud muutuste kirjeldamine, mõistmine, enesega seostamine.  Väärtused ja kõlblus - sallivuse ja erinevuste aktsepteerimise mõistmine ja õppetöös (ning mujal) selle kasutamine, näidete toomine.  **Lõiming**  Bioloogia - pärilikkus ja keskkonnategurid, inimese anatoomia ja füsioloogia ning murdeiga.  Liikumisõpetus - liikumispausid tunnis. |
| Seostab inimese kasvamist ja arengut pärilike ning keskkonnateguritega. |
| Selgitab inimese arengut murde- ja noorukieas ning eristab seda täiskasvanust. |
| **Inimene, valikud, õnn** | | |
| Selgitab, mis on minapilt ja enesehinnang. | Õpilane analüüsib mina-pildi kirjeldavat ja hinnangulist (enesehinnang) aspekti tuues näiteid teguritest, mis mõjutavad positiivse mina-pildi kujunemist.  Õpilane analüüsib ennast seoses oma väärtuste, isikuomaduste, võimete ja huvidega seades (lühi- ja pikaajalisi) eesmärke oma elutee kujundamisel.  Õpilane kirjeldab ja seostab põhilisi enesekasvatusvõtteid (sh enesesisendus, eneseveenmine, eneseergutus) oma valikute ja vastutusega elutee (ka haridustee) kujundamisel.  **Mõisted, märksõnad**  Minapilt- kirjeldav ja hinnanguline aspekt minapildis;  positiivse minapildi kujundamine;  eneseanalüüs, väärtused, teadlikud valikud ja vastutus elus;  enesekasvatuse võtted;  enesearendamine oma elutee kujundamisel;  positiivne suhtumine endasse ja teistesse kui heaolu alus. | **Üldpädevused**  Sotsiaalne ja kodanikupädevus - eneseteostamine läbi kindla eesmärgi ja plaani, väärushinnangute erinevuste mõistmine ning selgitamine.  Enesemääratluspädevus - suutlikkus mõista ja hinnata iseennast, kirjeldada ning analüüsida enda omadusi, valida asjakohane tegutsemisviis.  Ettevõtlikkuspädevus - eesmärkide seadmine, plaani koostamine ja nende elluviimine.  **Läbivad teemad**  Väärtused ja kõlblus - erinevate väärtushinnangute mõistmine, teistele komplimentide sõnastamine, oma seisukohtade põhjendamine.  **Lõiming**  Eesti keel – enesekirjelduse ja komplimentide kirjutamine. Selge eneseväljendus probleemi kirjeldamisel ja selle lahendamisel.  Kunst - kollaaži tegemine ja loovülesande kujundamine. |
| Toob näiteid teguritest, mis kujundavad minapilti ja enesehinnangut. |
| Analüüsib ennast oma väärtuste, isikuomaduste, võimete ja huvide põhjal ning seostab seda valikutega elus. |
| Analüüsib inimese võimalusi ja vastutust oma elutee kujundamisel. |
| **Inimene ja rühm** | | |
| Mõistab, et inimene on sotsiaalne olend, toob näiteid rühma kuulumise ja rühmas suhtlemise olulisusest. | Õpilane analüüsib rühmi liigituste (ka suurus, sotsiaalne distants liikmete vahel, rühma ülesanne) alusel tuues näiteid inimeste erinevatesse rühmadesse kuulumise kohta, mis toetavad koostööd rühmas ja ühiselu toimimist kogukonnas.  Õpilane võrdleb ja toob näiteid enda rolli kohta erinevates rühmades (rühmade liigitus: erinev suurus, sotsiaalne distants liikmete vahel, erinev ülesanne), kus on väljakujunenud normid (ka õigused ja kohustused).  Õpilane analüüsib (eakaaslaste) rühma kuulumise positiivseid ja negatiivseid külgi rühma sotsiaalse mõju seisukohast.  Õpilane demonstreerib õpisituatsioonis toimetulekut (eakaaslaste) rühma survega ennast ja teisi kahjustavates olukordades.  Õpilane seostab laste ja noorte õigused kohustustega tuues näiteid seadustest, mis kaitsevad laste ja noorte tervist ja heaolu.  **Mõisted, märksõnad**  Rühm, erinevad rühmade liigid, erinevad rollid, reeglid ja normid rühmas;  inimeste õigused ja kohustused erinevates rühmades;  rühma kuulumine, selle positiivsed ja negatiivsed küljed;  koostöised ja võistluslikud rühma tegevused; hoolivuse, austuse, õigluse ja vastutustunde väärtustamine koostöises tegevuses;  konformsus, sõltumatus, autoriteet;  toimetulek rühma survega ennast ja teisi kahjustavas olukorras;  lapse õigused ja kohustused peres, koolis ja ühiskonnas;  laste ja noorte õigusi, tervist ja heaolu kaitsvad seadused. | **Üldpädevused**  Kultuuri- ja väärtuspädevus - erinevate gruppide ja juhtimisstiilide olemuse mõistmine, teismeliste õiguste ja kohustuste mõistmine ning analüüsimine.  Sotsiaalne ja kodanikupädevus - arusaamine erinevatest reeglitest ja normidest eri keskkondades; arutelu sõltumatuse teemal, erinevates olukordades sõltumatuse säilitamise analüüsimine.  Enesemääratluspädevus - arusaamine enda erinevatest rollidest, õigustest ja kohustustest.  **Läbivad teemad**  Tervis ja ohutus – riskikohtade ja stereotüüpsete lähenemiste nägemine gruppide, rollide, õiguste ja kohustuste puhul.  Väärtused ja kõlblus - grupi reeglite ja nende jälgimise vajaduse mõistmine, grupi surve äratundmine, sellega toimetuleku analüüsimine, sallivuse tähtsuse selgitamine.  **Lõiming**  Eesti keel – selge eneseväljendus probleemi kirjeldamisel ja selle lahendamisel. |
| Toob näiteid erinevate rühmade normidest ja reeglitest, mis toetavad ühiselu toimimist. |
| Analüüsib enda rolli, õigusi ja kohustusi erinevates rühmades; kirjeldab rühma mõju käitumisele, sh sõltumatuse ja autoriteedi olemust inimsuhetes, demonstreerib õpisituatsioonis toimetulekut rühma survega. |
| Toob näiteid seadustest, mis kaitsevad laste õigusi, tervist ja heaolu, ning analüüsib õiguste ja kohustuste seoseid. |
| **Turvalisus, tervise- ja riskikäitumine** | | |
| Analüüsib tegureid, mis aitavad säilitada inimese vaimset heaolu, märkab ohte, oskab kaaslast toetada ja vajaduse korral abi otsida. | Õpilane eristab vaimset heaolu ühe heaolu aspektina ning kirjeldab näidete varal võimalusi lähiümbruses, kuidas laste ja noorte vaimset heaolu tõsta.  Õpilane oskab märgata depressiooni ja suitsiidi tunnuseid iseenda ja/või sõbra juures; teab, kuhu pöörduda abi saamiseks. Õpilane on läbinud SOS- Suitsiidi Ohu Signaalid programmi.  Õpilane teab keeldumisvõimalusi uimastitega seotud situatsioonides ning demonstreerib õpisituatsioonis “ei” ütlemise oskust.  Õpilane analüüsib uimastitarvitamisega seotud negatiivsete tagajärgede ennetusvõimalusi (lähiümbruses, kogukonnas ja ühiskonnas).  **Mõisted ja märksõnad**  Inimese heaolu komponendid (sh vaimne tervis);  laste heaolu mõjutavad tegurid (materiaalne, füüsiline, vaimne, sotsiaalne), kogukonna tasandil;  lapse ja noore vaimse heaolu tõstmise võimalused koolis ja kogukonnas;  uimastitega seotud riskikäitumise ennetamine indiviidi tasandil, tõhusad sotsiaalsed oskused ja keeldumisoskused;  uimastitega seotud riskikäitumise ennetamine (kogukonna ja ühiskonna tasandil). | **Üldpädevused**  Enesemääratluspädevus - tervist toetavate valikute selgitamine ja tegemine seoses uimastitega.  Ettevõtlikkuspädevus - probleemide märkamine, lahenduste pakkumine, lahendamine, asjatute riskide vältimine, arukate riskide mõistmine.  **Läbivad teemad**  Elukestev õpe ja karjääri kujundamine – sotsiaalsete toimetulekuoskuste arendamine uimastitega seotud olukordadega.  Teabekeskkond ja meediakasutus – erinevate abisaamise võimaluste leidmine, sobiva teabe leidmine, nutiseadmete mõistlik ja asjakohane kasutamine.  Tervis ja ohutus – vaimse tervise tähtsustamine, tervislike valikute eelistamine uimastitega seotud olukordades, laste heaolu kitsaskohtade märkamine kogukonnas, enda tervise tähtsustamine.  **Lõiming**  Eesti keel – juhtumite lugemine ja analüüsi kirjutamine.  Bioloogia – inimese füsioloogia seoses uimastite mõjuga. |
| Analüüsib laste heaolu mõjutavaid tegureid oma kogukonnas, teeb ettepanekuid, kuidas kogukonnas paremini laste heaolu eest seista. |
| Analüüsib uimastitega seotud riskikäitumise tagajärgi inimese toimetulekule ning sekkumise võimalusi indiviidi ja ühiskonna tasandil. |