**Inimeseõpetuse töökava**

**7 klass „Inimene“**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Kohustuslik teema/maht*** *(tundi)* | ***Laiendav ja***  ***süvendav teema*** | ***Õpitulemused***  *(kohustuslike teemade kohta)* | ***Metoodilised soovitused***  *(jaotus kolmeks õppemeetodite rühmaks: frontaalne töö - F; koosõppimine - K; iseõppimine - I)* | ***Soovitused lõimingu osas***  *(jaotus kolmeks: üldpädevused – Ü, läbivad teemad – L, teised ained – T, kusjuures sulgudes tuuakse teemad)* | ***Soovitused hindamise osas***  *(hinnatakse õpilaste teadmisi ja oskusi, kuid ei hinnata hoiakuid ja väärtusi)* |
| **I. INIMESE ELUKAAR JA MURDEEA KOHT SELLES (5 tundi)** | | | | | |
| Areng ja kasvamine. Arengut ja kasvamist mõjutavad tegurid. Inimese elukaar. Murde- ja noorukiea koht elukaares. (3 tundi) | Elukaare etapid.  Muutunud suhted lähedastega. | Õpilane iseloomustab murde- ja noorukiea arenguülesandeid üleminekul lapseeast täiskasvanuikka.  Õpilane kirjeldab, kuidas mõjutavad inimese kasvamist ja arengut pärilikud ning keskkonnategurid. | F: loeng-diskussioon,  vastavasisuline ilukirjanduslik lisalugemine ja diskusioon selle üle,  K: lauamäng, rühmatöö  I: ristsõna koostamine,  individuaalne töö. | Ü: enesemääratluspädevus, sotsiaalne pädevus, suhtluspädevus.  L: keskkond ja jätkusuutlik areng, tervis ja ohutus, elukestev õpe ja karjäär planeerimine.  T: eesti keel ja kirjandus, bioloogia (pärilikkus). | Kirjeldab inimese elukaart kui tervikut ja eri perioodide tähtust järgnevate perioodide arenguülesannete täitmisel.  Eristab pärilikkuse, miljöö ja kasvatuse, inimese enda aktiivsuse ja enesekasvatuse mõju arengule. |
| Inimene oma elutee kujundajana. Enesekasvatuse alused ja võimalused. Vastutus seoses valikutega. (2 tundi) |  | Õpilane toob näiteid inimese võimaluste kohta ise oma eluteed kujundada ning mõistab enda  vastutust oma elutee kujundajamisel.  Õpilane kirjeldab põhilisi enesekasvatusvõtteid: eneseveenmist, enesetreeningut, eneseergutust ja -karistust ning enesesisendust. | F: loeng, suunatud diskussioon,  vastavasisuline ilukirjanduslik lisalugemine ja diskussioon selle üle,  K: rühmatöö, paaristöö  I: päeviku pidamine,  juhtumi analüüs,  individuaalne töö, loovtöö. | Ü: enesemääratluspädevus, suhtluspädevus, väärtuspädevus, õpipädevus.  L: kodanikualgatus ja ettevõtlikkus, tervis ja ohutus, väärtused ja kõlblus, elukestev õpe ja karjääri planeerimine.  T: eesti keel ja kirjandus, ajalugu (silmapaistvad isikud kodukohas, Eestis, maailmas), ühiskonnaõpetus (õiguste, kohustuste ja vastutuse osakaal). | Toob näiteid inimese võimalustest oma eluteed positiivses suunas kujundada selgitades oma seisukohti.  Selgitab oma sõnadega enesekasvatuse mõiste sisu ning analüüsib olukordi, kus on võimalik erinevaid enesekasvatusvõtteid kasutada. |
| **II. INIMESE MINA (6 tundi)** | | | | | |
| Minapilt ja enesehinnang. Eneseanalüüs: oma iseloomujoonte, huvide, võimete ja väärtuste määramine. (3 tundi) | Suhtlemise tasemed.  Haridus kui väärtus. | Õpilane selgitab, mis on minapilt ja enesehinnang.  Õpilane kirjeldab positiivse endassesuhtumise kujundamise ja säilitamise võimalusi.  Õpilane kasutab eneseanalüüsi oma teatud iseloomujooni, huve, võimeid ja väärtusi määrates.  Õpilane väärtustab võimalusi oma iseloomu, huve, võimeid ja väärtusi positiivses suunas kujundada ning toob nende kohta näiteid.  Õpilane kirjeldab inimeste erinevaid iseloomujooni, huve, võimeid ja väärtusi ning mõistab  toetavate suhete rikastavat iseloomu. | F: loeng, suunatud diskussioon,  K: paaristöö, diskussioon väikestes rühmades, juhtumi analüüs, õppemäng, loovtöö, ilukirjanduslik vastavasisuline lisalugemine ja diskussioon  I: päeviku pidamine, enesevaatlus,  individuaalne töö, intervjuu, küsimustik, mõistekaart. | Ü: enesemääratluspädevus,  sotsiaalne pädevus, suhtluspädevus, väärtuspädevus, õpipädevus.  L: kodanikualgatus ja ettevõtlikkus, tervis ja ohutus, väärtused ja kõlblus, elukestev õpe ja karjääri planeerimine.  T: eesti keel ja kirjandus, tehnoloogiaõpetus (oma töö ja selle tulemuste analüüsimine ja hindamine, sobivad rõivad, isikupärased esemed), ühiskonnaõpetus (aja ja kulutuste planeerimine). | Selgitab ja kirjeldab oma sõnadega minapildi ja enesehinnangu mõiste sisu.  Selgitab oma arvamusi ja seisukohti seoses positiivse suhtumisega endasse, seostades neid omandatud teadmistega neljas vallas: sotsiaalse võrdlemise, oma käitumise vaatlemine, tunded ja mõtted seoses endaga ning teiste reaktsioonid.  Analüüsib võimalusi oma iseloomu, huve, võimeid ja väärtusi positiivses suunas kujundada. |
| Konfliktide vältimine ja lahendamine. (3 tundi) | Konfliktid kodus, nende põhjused ja toimetulek.  Väärtused ja väärtuskonfliktid. | Õpilane kirjeldab suhete säilitamise ning konfliktide vältimise võimalusi.  Õpilane demonstreerib õpisituatsioonis tõhusaid konfliktide lahendamise viise. | F: loeng-diskussioon,  K: rollimäng, rühmatöö, ajurünnak, demonstratsioon, juhtumi analüüs, ümarlaud,  I: individuaalne töö, loovtöö. | Ü: enesemääratluspädevus,  sotsiaalne pädevus, suhtluspädevus, õpipädevus.  L: tervis ja ohutus, väärtused ja kõlblus, elukestev õpe ja karjääri planeerimine.  T: ühiskonnaõpetus (kooli sisekord, sõpruskond, koolipere). | Kirjeldab eneseavamist, tunnete avaldamist ja usaldust kui tõhusaid suhete loomise ja säilitamise viise ning kompromissi leidmist ja läbirääkimiste pidamist kui tõhusaimaid konflikti lahendamise viise.  Demonstreerib verbaalselt tõhusaid konflikti lahendamise teid õpisituatsioonis. |
| **III**. **INIMENE JA RÜHM (7 tundi)** | | | | | |
| Erinevad rühmad ja rollid. Rollide suhtelisus ja kokkuleppelisus. Reeglid ja normid rühmas. Inimsuhteid toetavad reeglid ja normid.(3 tundi) | Murdeealise õigused ja kohustused. | Õpilane iseloomustab erinevaid rühmi ning liigitab neid suuruse, liikmetevahelise läheduse ja  ülesande järgi.  Õpilane kirjeldab inimeste erinevaid rolle rühmades ning nende mõju inimese käitumisele.  Õpilane mõistab normide ja reeglite vajalikkust ühiselu toimimisel ja korraldamisel;  Õpilane võrdleb erinevate rühmade norme ja reegleid ning kirjeldab nende erinevusi. | F: loeng-diskussioon,  K: rollimäng,  rühmatöö, juhtumi analüüs,  vaba diskussioon, dispuut, õppemängud, demonstratsioon,  I: intervjuu, esitlus, mõistekaart, ristsõna koostamine, individuaalne töö. | Ü: enesemääratluspädevus,  sotsiaalne pädevus, suhtluspädevus, väärtuspädevus.  L: kodanikualgatus ja ettevõtlikkus, tervis ja ohutus, väärtused ja kõlblus, kultuuriline identiteet.  T: eesti keel ja kirjandus, ühiskonnaõpetus (rahvusvähemused, sallivus, inimõigused), käsitöö ja kodundus (etikett, meeskonna juhtimine). | Kirjeldab inimest sotsiaalse olendina, kes oma tegevuses on seotud erinevate rühmadega, selgitades rühma mõistet.  Demonstreerib rühma liigituste tundmist lähtuvalt õpiülesannete sisust.  Selgitab rolli mõistet ja analüüsib olukordi, kus inimene täidab erinevates rühmades erinevaid rolle.  Selgitab reegli ja normi olemust ning üldiste ja erinevate normide mõju igapäevaelu tõhusale korraldusele ja toimimisele. |
| Rühma kuulumine, selle positiivsed ja negatiivsed küljed. Hoolivus rühmas. Rühma surve ja toimetulek sellega. Sõltumatus, selle olemus. Autoriteet. (4 tundi) | Juhtimine, võim ja autoriteet grupis. Juhtimisstiilid. | Õpilane kirjeldab rühma kuulumise positiivseid ja negatiivseid külgi.  Õpilane demonstreerib õpisituatsioonis toimetulekut rühma survega.  Õpilane selgitab sõltumatuse ja autoriteedi olemust inimsuhetes.  Õpilane väärtustab inimsuhteid toetavaid reegleid ja norme. | F: loeng, suunatud diskussioon,  K: rollimäng, rühmatöö, diskussioon väikestes rühmades, lisalugemine vastavasulise ilukirjanduslik allikas lisalugemisena ja diskussioon, dramatiseering, juhtumi analüüs, video,  I: intervjuu, individuaalne töö. | Ü: enesemääratluspädevus,  sotsiaalne pädevus, suhtluspädevus, väärtuspädevus.  L: kodanikualgatus ja ettevõtlikkus, tervis ja ohutus, väärtused ja kõlblus, kultuuriline identiteet, elukestev õpe ja karjääri planeerimine.  T: eesti keel ja kirjandus, ühiskonnaõpetus (seadus kui regulatsioon), ajalugu (traditsioonide muutumine ajas), kehaline kasvatus (aus mäng – ausus ja õiglus spordis ja elus). | Eristab ja võrdleb erinevatesse rühmadesse kuulumise positiivseid ja negatiivseid külgi.  Demonstreerib õpitulemustes määratletud oskusi õpisituatsioonis.  Selgitab sõltumatuse ja autoriteedi olemust inimsuhetes, tuues näiteid. |
| **IV. TURVALISUS JA RISKIKÄITUMINE (7 tundi)** | | | | | |
| Tõhusad enesekohased ja sotsiaalsed oskused, et vältida riskikäitumist: emotsioonidega toimetulek, enesetunnetamine, kriitiline mõtlemine, probleemide lahendamine, suhtlusoskus. (3 tundi) |  | Õpilane demonstreerib õpisituatsioonis, kuidas kasutada tõhusaid sotsiaalseid oskusi uimastitega seotud olukordades: emotsioonidega toimetulek, enesetunnetamine, kriitiline mõtlemine, probleemide lahendamine ja suhtlemisoskus. | F: loeng-diskussioon, selgitus,  K: diskusioon väikestes rühmades,  paaristöö, rühmatöö, video, dramatiseering, demonstratsioon, rollimäng, loovtöö,  I: individuaalne töö, esitlus. | Ü: enesemääratluspädevus,  sotsiaalne pädevus, suhtluspädevus, väärtuspädevus.  L: tervis ja ohutus, väärtused ja kõlblus.  T: ühiskonnaõpetus (koostöö ja ühistegevus, kommunikatsioonivõimalused). | Demonstreerib õpitulemustes määratletud oskusi õpisituatsioonis. |
| Hakkamasaamine kiusamise ja vägivallaga. Erinevad legaalsed ja illegaalsed uimastid. Uimastite  tarvitamise lühi- ja pikaajaline mõju. (4 tundi) | Erinevate uimastitega seotud riskid.  Info- ja kommunikatsioonitehnoloogia kasutamine eluliste probleemide lahendamisel. | Õpilane demonstreerib õpisituatsioonis tõhusaid käitumisviise kiusamise ja vägivalla korral koolis.  Õpilane eristab legaalseid ja illegaalseid uimasteid.  Õpilane kirjeldab uimastite tarvitamise lühi- ja pikaajalist mõju inimese füüsilisele tervisele. | F: loeng-diskussioon, selgitus,  K: diskusioon väikestes rühmades,  paaristöö, rühmatöö, video, dramatiseering, demonstratsioon, rollimäng, loovtöö, film, ajurünnak, juhtumi analüüs,  I: individuaalne töö, mõistekaart. | Ü: enesemääratluspädevus,  sotsiaalne pädevus, suhtluspädevus, väärtuspädevus, õpipädevus.  L: kodanikualgatus ja ettevõtlikkus, tervis ja ohutus, väärtused ja kõlblus, tehnoloogia ja innovatsioon.  T: loodusõpetus, bioloogia (kesknärvisüsteemi ehitus ja talitlus), ühiskonnaõpetus (kooli sisekord), kehaline kasvatus (ohutu liikumine ja liiklemine, kehalise aktiivsuse mõju tervisele). | Demonstreerib õpisituatsioonis tõhusat toimetulekut kiusamise ja vägivalla korral: verbaalne ja füüsiline kooperatiivne käitumine ja ohvri kaasamine; tõhus verbaalne ja mitteverbaalne mittenõustumine agressori käitumisega; agressiooni juhtudest teatamine ja abi saamise formaalsed ja mitteformaalsed võimalused.  Rakendab teadmisi illegaalsete ja legaalsete uimasite liigituse ning uimastite negatiivse lühi- ja pikaajalise mõju tundmise kohta lähtuvalt õpiülesannete sisust. |
| **V. INIMESE MINA JA MURDEEA MUUTUSED (8 tundi)** | | | | | |
| Varane ja hiline küpsemine – igaühel oma tempo. Muutunud välimus. Nooruki põhimured küpsemisperioodil. Suguküpsus. (3 tundi) | Ohud ja probleemid seoses füüsilise minaga. Oma füüsilise mina aktsepteerimine. | Õpilane kirjeldab põhimuresid küpsemisperioodil ning nendega toimetuleku võimalusi.  Õpilane selgitab, milles seisneb suguküpsus. | F: loeng, suunatud diskusioon,  K: juhtumi analüüs, selgitus, diskusioon väikestes rühmades, I: ristsõna koostamine, individuaalne töö, mõistekaart. | Ü: enesemääratluspädevus,  suhtluspädevus.  L: tervis ja ohutus.  T: bioloogia (inimese paljunemine ja areng). | Toob välja tunnused, mis märgistavad murdeea algust ja lõppu ning selgitab, mis on suguküpsus, kusjuures kirjeldab murdeea varieerumist indiviiditi.  Eristab ja analüüsib olukordi, kus võivad murdeealisel avalduda probleemid ning demonstreerib küpsemisperioodile iseloomulike seaduspärasuste tundmist lähtuvalt õppeülesannete sisust. |
| Naiselikkus ja mehelikkus. Soorollid ja soostereotüübid. Lähedus  suhetes. Sõprus. Armumine. Käimine. Lähedus ja seksuaalhuvi. Vastutus seksuaalsuhetes ja turvaline seksuaalkäitumine. (5 tundi) | Meedia mõju mehelikkuse ja naiselikkuse mõistmisel ja hindamisel.  Kiindumussuhete olemus. Noorukite kiindumussuhted. | Õpilane kirjeldab omadusi, mis teevad noormehe ja neiu meeldivateks suhtluskaaslasteks.  Õpilane selgitab soorolli olemust ning kirjeldab soostereotüüpset suhtumist.  Õpilane kirjeldab inimliku läheduse erinevaid avaldumisviise: vastastikust seotust ja meeldimist, sõprust ja armumist.  Õpilane kirjeldab, milles seisneb inimese vastutus seksuaalsuhetes.  Õpilane selgitab turvalise seksuaalkäitumise põhimõtteid. | F: loeng-diskusioon, loeng, suunatud diskusioon,  K: vastavasisulise ilukirjandusliku allika analüüs, paaristöö, rühmatöö, ajurünnak, loovtöö,  I: individuaalne töö, juhtumi analüüs. | Ü: enesemääratluspädevus,  sotsiaalne pädevus, suhtluspädevus, väärtuspädevus.  L: kodanikualgatus ja ettevõtlikkus, tervis ja ohutus, väärtused ja kõlblus, kultuuriline identiteet.  T: eesti keel ja kirjandus, ühiskonnaõpetus (sooline võrdõiguslikkus, teadlik infotarbimine ja -eelistamine), käsitöö ja kodundus, bioloogia (inimese paljunemine ja areng). | Selgitab oma sõnadega soorolli olemust ning soostereotüüpse suhtumise mõju inimestevahelisele suhtlemisele ja suhetele tuues välja võimalikud ohud.  Selgitab ja analüüsib olukordi, kus avalduvad inimliku lähenemise erinevad viisid: seotus, meeldimine, sõprus ja armumine.  Selgitab oma arvamusi ja seisukohti seostades neid omandatud teadmistega noorukite kiindumussuhete eripära ning käimise kui sotsiaalse tava kohta.  Selgitab oma seisukohti seoses vastutusega seksuaalsuhetes ja turvalise seksuaalkäitumisega seostades neid omandatud teadmistega seksuaalsusest. |
| **VI. ÕNN (2 tundi)** | | | | | |
| Õnn. Toimetulek iseenda ja oma eluga õnne eeldusena. (2 tundi) | Väärtused kui valikute mõõdupuu. | Õpilane mõistab, et toimetulek iseenda ja oma eluga tagab õnne ning rahulolu. | F: loeng-diskusioon, K: juhtumi analüüs, vastava ilukirjanduslik allikas lisalugemisena ja diskussioon,  kohtumine erinevate inimestega, rühmatöö,  I: individuaalne töö, loovtöö. | Ü: enesemääratluspädevus,  sotsiaalne pädevus, suhtluspädevus, väärtuspädevus.  L: elukestev õpe ja karjääri planeerimine, väärtused ja kõlblus.  T: eesti keel ja kirjandus. | Selgitab oma arvamusi ja seisukohti seostades neid omandatud teadmistega seoses sellega, kuidas inimene ise saab teha palju, et tunda rahulolu ja õnne. |