

Lihtsustatud õpekava

Inimeseõpetus

Inimeseõpetuse aine üldalused

- 1) 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 käsitlemise 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.
- 2) Inimeseõpetuse õppesisu on koostatud ja selle rakendamine toimub kontsentriselt: samade teemade puhul laieneb aastast aastasse õppesisu ning suurenevad nõudmised õpitulemustele. Korduvate teemade puhul on iga klassi ainekavas märgitud ainult uus õppesisu: kontsentiline käsitlus eeldab, et eelnevalt õpitud korratakse või tuletatakse meelde, vajadusel kujundatakse puuduvaid teadmisi-oskusi. Kontsentrist ainekäsitlemist toetab järjepidev ainetevahelise integratsiooni rakendamine ning eakohaste üldpädevuste kujundamine.
- 3) 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.
- 4) 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.

- 5) Inimeseõpetuse tundides hinnatakse õpilase teadmisi, oskusi ja nende rakendamist. Õpitulemuste kontrolli ja hindamise eesmärgiks on motiveerida ja toetada õpilast, saada ülevaade püstitatud eesmärkide saavutamisest, õpilase individuaalsest arengust ning saadud teabe kasutamine õppeprotsessi tulemuslikumaks kavandamiseks.
- 6) Inimeseõpetuse õppesisus on paljude teemade käsitlemise rõhuasetus õpilase vahetul ümbrusel ja kodukohal, seetõttu tuleb õppematerjal siduda oma kodukandiga (sh kooliga).

Õppe- ja kasvatuseesmärgid

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 võimetekohaseid jätkuõppevõimalusi ja teeb enda jaoks optimaalseid valikuid;
- 6) tunneb huvi ümbritseva ühiskonnaelu vastu;
- 7) tunneb olmesuhtlemiseks vajalikke kodanikuõigusi ja -kohustusi, järgib sotsiaalseid nõudeid ja käitumisetiketti.

Inimeseõpetuse õpetamise eesmärgid

Teemavaldkond	Lihtsustatud õppe üldeesmärgid	Inimeseõpetuse üldeesmärgid
----------------------	---------------------------------------	------------------------------------

Sotsiaalsed toimetulekuoskused	<ul style="list-style-type: none"> ● õpilane peab lugu iseendast, kodust ja perekonnast, suudab majandada ennast ja oma perekonda; ● õpilane teadvustab ennast ja kaasinimesi ning nende erinevusi, oma ja teiste rahvaste kultuurilisi erinevusi; ● õpilane tunneb ja järgib võimetekohaselt õigusnorme ja demokraatia põhimõtteid; ● õpilane hoidub eetiliselt valedest ahvatlustest ja ettepanekutest; ● õpilane oskab tuttavates situatsioonides valida, nõu küsida, otsustada ja vastutust kanda; ● õpilane on valmis koostööks; ● õpilane mõistab lihtsat teavet, oskab teavet hankida (sh Internetist); ● õpilane valdab järgmisi elementaaroskusi: vaatlemine, kuulamine ja kõne mõistmine, kõnelemine; lugemine, kirjutamine, arvutamine. 	<ul style="list-style-type: none"> ● märkab ja mõistab kaaslaste ning iseenda emotsionaalseid seisundeid, käitumisviise; oskab neid hinnata ja nendega toime tulla; ● otsib erinevatest teabeallikatest võimetekohaseid jätkuõppevõimalusi ja teeb enda jaoks optimaalseid valikuid; ● tunneb huvi ümbritseva ühiskonnaelu vastu; ● järgib olmesuhtlemiseks vajalikke sotsiaalseid nõudeid ja käitumisetiketti; ● tunneb olmesuhtlemiseks vajalikke kodanikuõigusi ja –kohustusi.
Terviseõpetus	<ul style="list-style-type: none"> ● õpilane tunneb terveid eluviise ning püüab neid järgida. 	<ul style="list-style-type: none"> ● tunneb oma keha ning mõistab inimese kasvamise/arenemisega seotud muutusi ja vastutust (nt seksuaalsuse olemus ja sellega seotud vastutus, töövõime jne); ● hoolitseb iseenda ja kaaslaste tervise eest (isiklik ja pere hügieen, tervislikud eluviisid, esmaabi); väldib ennast ja teisi kahjustavat käitumist.
Igapäevane elukorraldus	<ul style="list-style-type: none"> ● õpilane peab lugu iseendast, kodust ja perekonnast, suudab majandada ennast ja oma perekonda; ● õpilane teab loodushoiu peamisi seisukohti ja püüab tegutseda keskkonda säästes; ● õpilane eesmärgistab, kavandab ja hindab oma igapäevast tegevust; ● õpilane osaleb võimetele vastavas 	<ul style="list-style-type: none"> ● hoiab puhtust ja korda; orienteerub eluasemega seotud küsimustes, omandab teadmised ja oskused majandamiseks, koduse elu korraldamiseks; ● otsib erinevatest teabeallikatest

	täiendusõppes; • õpilane omab kujutlust maailmast kui tervikust	võimetekohaseid jätkuõppevõimalusi ja teeb enda jaoks optimaalseid valikuid; • tunneb huvi ümbritseva ühiskonnaelu vastu; • tunneb olmesuhtlemiseks vajalikke kodanikuõigusi ja -kohustusi.
Ühiskonnaõpetus	• õpilane armastab kodumaad; • õpilane teadvustab ennast ja kaasinimesi ning nende erinevusi, oma ja teiste rahvaste kultuurilisi erinevusi; • õpilane tunneb ja järgib võimetekohaselt õigusnorme ja demokraatia põhimõtteid; • õpilane mõistab töö vajalikkust, valdab baasoskusi, suudab tööaja jooksul alluda töödistsipliinile, on valmis endale otsima sobivat tööd. • õpilane omab kujutlust maailmast kui tervikust.	• tunneb huvi ümbritseva ühiskonnaelu vastu; • tunneb olmesuhtlemiseks vajalikke kodanikuõigusi ja -kohustusi.

Inimeseõpetuse õppesisu ja taotletavad õpitulemused

Õppetöö rõhuasetused 1.–2.klassis

1.–2.klassis on inimeseõpetuse põhisisuks lähiümbruse märkamine, selle teadvustamine (suhtes MINA ja MEIE) ning sotsiaalse kompetentsuse arendamine. Lapsi õpetatakse tegutsema koos, matkides ning eeskuju järgi, kujundatakse nende baassõnavara ja -lausungimalle ning elementaarseid (olme)suhtlusoskusi (teise inimese kuulamine, ütluste mõistmine ja nendele reageerimine (vastusrepliigid dialoogis), dialoogi alustamine ja jätkamine tuttavas situatsioonis jms).

Peamisteks õppeviisideks on näitlikustatud praktiline tegevus (dramatiseering, eseme- ja tegevuspildid), õppevestlus ning praktiline harjutamine (sh õppekäik, didaktiline mäng). Suurt tähelepanu pööratakse ühis- ja koostegevuse (laps õpetaja, laps laps(ed)) oskuste kujundamisele. Õpetaja ülesandeks on luua situatsioonid, kus tegevus jaotub mitme isiku vahel. Laste verbaalset aktiivsust tõstetakse pidevalt: kasutatakse suunavaid repliike ning küsimusi (Mida tegid? Mida hakkad tegema?), harjutatakse oma ja kaaslaste tegevuse kommenteerimist, toimingu verbaliseerimist pärast

selle sooritamist ja elementaarset planeerimist. Ühistegevuse põhjal antakse objektiivne, motiveeriv tagasiside lapse ja kogu rühma tegevusele ning saavutustele.

Igas tunnis tegeldakse (koos)mängimise õpetamisega. Mänguõpetuse eesmärgiks on, et lapsed oskaksid sihipäraselt sisustada oma vaba aega ning hiljem aktiivselt osaleda õppetegevust toetavates rollimängudes: mängida süžega mängu (nii üksi kui ka mitmekesi), korraldada koostegevust, kasutada mängus esemete asendajaid, luua kujuteldavaid situatsioone. Mänguuskuste kujundamise eesmärgil viiakse tundides läbi erinevat liiki õppemänge (süžee mängud, reeglitega mängud) ja dramatiseeringuid. Õpetatakse (mängu)asjade kasutamist ja hoidmist, mängus osalemist, reeglitest kinnipidamist, mängu algatamist, rollide ja vajalike mänguasjade jagamist jne. Mänguõpetus toimub osatoimingute kaupa: tegevuste ettenäitamine ja matkimine, tuttava tegevuse valik sõltuvalt situatsioonist/rollist. Kui mõnel lapsel piirduvad mänguuskused esemetega manipuleerimisega, alustatakse mänguasjade kasutusviiside õpetamisest.

Võrdlevate situatsioonide ja illustratsioonide (joonised, fotod) toel õpetatakse märkama ja eristama (puhas/must-, meeldib / ei meeldi- jne tasandil) ümbritsevate esemete, ruumide ja inimeste (sh iseenda) esteetilist välimust; õpetatakse eristama isiklikke, võõraid ja ühiseid esemeid, neisse heaperemehelikult ja turvaliselt suhtuma ning neid kasutama (sh kaaslastega jagama). Õpetaja juhendamisel otsitakse võimalusi ning vahendeid esemete, ruumide ja iseenda esteetilise välimuse parandamiseks, kujundatakse valitud vahendite praktilisi kasutamisoskusi. Samuti õpetatakse märkama ja eristama eakaaslaste käitumisviise, harjutatakse etiketikäitumist (tervitamine, palumine, tänamine, eakaaslase ja täiskasvanu poole pöördumine, võimalik keeldumine jne). Inimeseõpetuse tundides õpitut rakendatakse teiste ainete tundides ja vabal ajal Mina: minu välimus ja mulle meeldivad tegevused. Tervitamine (igapäevane tervitamine koolis, tervitusele vastamine). Enesetutvustamine ja kaaslastega tutvumine dialoogis (nimi, kool, klass). Õpitegevused koolis, õppevahendid. Tüli; vabandamine, leppimine (dialoogi repliigid). Peo-, töö-, spordiriietus (riietusesemed, riietuse sobitamine situatsiooniga). (nt tervitamine, pea kammimine jne).

Inimeseõpetuse õppesisu 1. klassis (35 tundi)

Õppesisu	Taotletavad õpitulemused
MINA JA MEIE 8 tundi	

<p>Mina: minu välimus ja mulle meeldivad tegevused. Tervitamine (igapäevane tervitamine koolis, tervitusele vastamine). Enesetutvustamine ja kaaslastega tutvumine dialoogis (nimi, kool, klass). Õpitegevused koolis, õppevahendid. Tüli; vabandamine, leppimine (dialoogi repliigid). Peo-, töö-, spordiriietus (riietusesemed, riietuse sobitamine situatsiooniga).</p>	<ul style="list-style-type: none"> • nimetab oma lemmiktegevusi küsimuste toel; • kirjeldab ennast, nimetades oma nime, kooli, klassi, kodu asukohta, õdede-vendade ja vanemate nimesid; • vastab dialoogi repliigile, alustab dialoogi oma soovide ja vajaduste väljendamiseks; • osaleb ühistes (õppe)mängudes ja suudab meeldetuletamisel mängureeglitest kinni pidada;
<p>MINA JA TERVIS 6 tundi</p>	
<p>Kehaosad (pea, kael, keha, käed, jalad), juuksed ja nägu. Kehaosade (nägu, kael, käed, jalad) pesemine, küünte eest hoolitsemine. Hammaste pesemine. Tualeti kasutamine. Toitumine (toidud: supp, praad jne, toidunõud). Käitumine söögilauas: toidu palumine, tänamine.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • hoolitseb isikliku välimuse ja hügieeni eest (kammib juukseid, peseb käsi ja hambaid, kasutab tualetti);
<p>MINA JA PERE 4 tundi</p>	
<p>Pereliikmed (vanemad, õed-vennad, vanavanemad), nende nimed. Pereliikmete kodused tööd, pereliikmete abistamine, minu kohustused kodus.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • väärtustab kodu ja perekonda; • kirjeldab võimalusi, kuidas abistada pereliikmeid kodustes töodes; • teab oma kohustusi kodus;
<p>MINA JA MINU KODU 4 tundi</p>	
<p>Kodumaja (talumaja/ eramu/korter suures majas); ruumid kodus (esik, köök, elutuba jt). Mööbel kodus, koolis (esemed, nende otstarve). Kodu asukoht (Eestimaa; küla/linn/alev). Eestimaa, minu kodumaa, Eesti Vabariigi lipp.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • teab Eesti lipu värve nende õiges järjestuses;
<p>MINA JA AEG 5 tundi</p>	
<p>Nädal (töö- ja puhkepäevad; eile, täna, homme). Ööpäeva osad (hommik, päev, õhtu, öö). Aasta (aastaajad: laste tegevused, riietus, ohud jalakäijatele liikluses).</p>	<ul style="list-style-type: none"> • nimetab nädalapäevi, ööpäeva osasid ja aastaaegu õiges järjestuses;
<p>MINA JA ASJAD 4 tundi</p>	
<p>Minu oma, kaaslaste oma (enda ja kaaslaste, sh õpetaja asjade kuuluvuse eristamine), asjade palumine kasutamiseks. Ausus asjade jagamisel. Koristustööd ja –vahendid</p>	<ul style="list-style-type: none"> • märkab õpetaja suunamisel ümbritsevate esemete välimust, esemete ja ruumide puhtust ning korrashoidu; • teeb vahet endale ja teistele kuuluvate asjade

klassiruumis ning kodus.	vahel; ● korrastab õpetaja juhendamisel oma töölauda ja lähiümbrust.
MINA JA TURVALISUS 4 tundi	
Sõidutee ohutu ületamine (valgusfoor, ülekäigurada, maantee ületamine). Liikumine jalakäijate teel üksi ja rühmaga. Helkur. Ühissõidukid kodukohas (sõiduki ootamine, sisenemine, väljumine; tänava (sõidutee) ületamine; sõidupilet). Võõras ümbrus, eksimine, abi palumine (dialoogi repliigid), vanemale helistamine.	● teab, kuidas ohutult sõiduteed ületada, ja käitub vastavalt; ● kirjeldab ühissõidukisse sisenemise ja väljumise korda;

Inimeseõpetuse õppesisu 2. klassis (35 tundi)

Õppesisu	Taotletavad õpitulemused
MINA JA MEIE 10 tundi	
Tervitamine: erinevad tervitusväljendid; eakaaslaste ja täiskasvanute tervitamine. Enesetutvustamine ja tutvumine kaaslastega dialoogis (vanus, sünnipäev). Kaaslaste kutsumine ühistegevusse. Klassi reeglid (sõnastamine ühisvestluses), reeglite vajalikkus. Suhtluspartnerite näoilmed ja hääletoon (rõõmus, kurb, sõbralik, vihane, üllatunud). Kiusamine (äratundmine), täiskasvanult abi palumine. Oma eksimuse tunnistamine ja vabandamine; positiivne reageerimine vastuseks vabandamisele. Koolitöötajate ametid.	● tavasituatsioonides suhtlemisel tervitab, palub, tänab, vabandab; teab oma vanust, sünnipäeva ja kodust aadressi; alustab ja jätkab dialoogi tuttavates situatsioonides; ● kutsub õpetaja suunamisel kaaslasti tuttavat (õppe)mängu mängima, valib ja jagab rolle ning mänguasju; nimetab näoilmele ja hääletoonile vastava emotsiooni (4 erinevat); ● hindab õpetaja abiga kaaslaste igapäevaseid käitumisakte õige/vale-, meeldib / ei meelditasandil; ● tunneb ära situatsiooni, kus kedagi kiusatakse; ● teab koolitöötajate ametid.
MINA JA TERVIS 5 tundi	
Isiklik hügieen: igapäevane pesemine, dušš, vann, saun; pesemisvahendid ja nende korrashoid. Hügieen enne ja pärast igapäevaseid tegevusi (söömine jne), nohu-köha korral. Hammaste tervishoid: värske aed- ja puuvili, kommid; hambaarst. Liikumise vajalikkus ja	● kirjeldab ja järgib õpetaja meeldetuletusel hügieeninõudeid igapäevaste tegevuste käigus, nohu/köha korral (käte pesemine, taskuräti kasutamine jms); ● nimetab illustatsioonidele toetudes vajalikke toidukordi ja tervisele kasulikke toite;

võimalused; mängukohad väljas, ohutusnõuded. Toitumine (söögikorrad, sobivad toidud; sooja koolilõuna vajalikkus). Käitumine söögilauas: toidu tõstmine, vestlus söögilauas.	<ul style="list-style-type: none"> • käitub söögilauas viisakalt (palub, tänab, räägib vaikse häälega, hoiab puhtust);
MINA JA PERE 3 tundi	
Pereliikmete tegevused, ühised tegevused ja mängud, pereliikmetega arvestamine. Vanemate ametid. Sugulased (onu, tädi; onude, tädide lapsed).	<ul style="list-style-type: none"> • kirjeldab üksteisega arvestamise võimalusi peres; • selgitab lähemaid sugulussuhteid; • teab oma vanemate ameteid;
MINA JA MINU KODU 3 tundi	
Minu kodu (ruumid, sisustus), aadress. Lemmikloom kodus. Koduarmastus. Koolis tähistatavad riiklikud ja rahvakalendripühad (olulisemate tegevuste nimetamine illustratsioonide järgi).	<ul style="list-style-type: none"> • teab peast oma aadressi; • kirjeldab ja väärtustab oma kodu; • kirjeldab pildile toetudes tähtsamate pühade tähistamist;
MINA JA AEG 4 tundi	
Aasta (aastaaegadele vastavad kuud, välitööd koduümbruses aastaaegade kaupa; vanus, sünnipäev: kuupäev, kuu). Kellaeg täistundides. Päevakava: minu ja kaaslaste tegevused koolis ja kodus; tegevused, mis on positiivsete tunnete tekkimise allikaks.	<ul style="list-style-type: none"> • määrab aega täistundides; • kirjeldab ja väärtustab oma tegevusi, mis on positiivsete tunnete tekkimise allikaks;
MINA JA ASJAD 4 tundi	
Sagedasemad lastega toimuvad õnnetusjuhtumid: kukkumised, liiklusõnnetused jalakäijatega (sõidutee valesi ületamine, seisva liiklusvahendi varjust väljumine, liiklemine talvisel teel); juhtumist teatamine lähimale täiskasvanule. Käitumine võõraste inimestega (koju sisselaskmine, võõraga kaasaminek, võõralt asjade/maiustuste vastu võtmine jms; hädaolukorras abi palumine). Võõras ümbrus, eksimine, abi palumine (dialoogi repliigid), vanemale helistamine.	<ul style="list-style-type: none"> • teab sagedasemaid ohtusid kooliteel liiklemisel ja võõraste inimestega suhtlemisel, oskab pöörduda täiskasvanu poole abi saamiseks.
MINA JA TURVALISUS 5 tundi	
Sagedasemad lastega toimuvad õnnetusjuhtumid: kukkumised, liiklusõnnetused	<ul style="list-style-type: none"> • teab sagedasemaid ohtusid kooliteel liiklemisel ja võõraste inimestega

jalakäijatega (sõidutee valesti ületamine, seisva liiklusvahendi varjust väljumine, liiklemine talvisel teel); juhtumist teatamine lähimale täiskasvanule. Käitumine võõraste inimestega (koju sisselaskmine, võõraga kaasaminek, võõralt asjade/maiustuste vastu võtmine jms; hädaolukorras abi palumine). Võõras ümbrus, eksimine, abi palumine (dialoogi repliigid), vanemale helistamine.	suhtlemisel; <ul style="list-style-type: none"> • oskab pöörduda täiskasvanu poole abi saamiseks.
---	--

Õppetöö rõhuasetused 3.–5. klassis

3.–5. klassis kujundatakse jätkuvalt õpilaste oskust märgata ja eristada oma lähiümbrust (selle esemeid, nähtusi, sündmusi, tegevusi jms); tutvustatakse ja õpetatakse väärtustama rahvuskombeid, -traditsioone (rõhuasetus pere ja kodukoha traditsioonidel). Läbivalt tutvustatakse elukutseid ja nende esindajate põhitegevust (nt kaupluse teema juures müüja tegevus jne).

Tegevus- ja suhtlussituatsioonides tegeldakse isiksuseomaduste ning ühiskonnas aktsepteeritavate käitumisnormide kujundamisega: õpetatakse märkama – eristama – mõistma igapäevaseid situatsioone (sh ohuolukordi), verbaalseid ja mitteverbaalseid eneseväljendusviise, tundeid jms; täiendatakse ühis- ja koostegevuse oskusi (sh hoolivat ja teisi arvestavat suhtumist, vastutus- ja kohusetunnet); harjutatakse etiketikäitumist. Pere ja koduga seotud teemade käsitlemisel selgitatakse õpilastele laste ning vanemate vastastikuseid õigusi-kohustusi.

Järjepidevalt kujundatakse (täiendatakse) õpilaste sotsiaalset teadlikkust ning verbaalset aktiivsust: õpetatakse (abivahendite toel) kirjeldama ja hindama kaaslaste ning iseenda tegevus- ja käitumisakte (sh mõistma ja nimetama eesmärgi, tingimusi, põhjuseid ja tagajärgi, käitumisaktis ilmnevat iseloomujooni jne), õpetatakse planeerima (sh parandama) edasist tegevust/käitumist. Harjutatakse suhtlemist ja koostegevuse reguleerimist dialoogis (kutse koostegevusele, vastused küsimustele ja teadetele, dialoogi alustamine küsimuse ja teatega, nõustumine loobumine, alternatiivne ettepanek).

Teemade käsitlemisel kasutatavatest aktiivõppemeetoditest on suurem osatähtsus praktilistel tegevustel ja õppekäikudel, eetilise sõnumiga lühipalade lugemisel ja analüüsimisel.

Inimeseõpetuse õppesisu 3. klassis (35 tundi).

Õppesisu	Taotletavad õpitulemused
KÄITUMINE JA SUHTLEMINE 10 tundi	
<p>Mina. Minu erinevused teistest inimestest ja sarnasused nendega. Iga inimese väärtus. Uhkustamine. Valetamine (valetamise tagajärjed, vale ülestunnistamine, tõe rääkimine). Käitumine koduümbruses (trepikojas, õues, tänaval), naabritega arvestamine. Sünnipäeva tähistamine, peo planeerimine (tegevuste/mängude valik ja peo ettevalmistamine), sobilikud kingitused. Külla kutsumine, küllaminek, käitumine külas. Telefonivestlus sõbraga (kutse koostegevusele, dialoog). Käitumine söögilauas (igapäevane laua katmine ja koristamine, hügieeninõuded). Käitumine raamatukogus (kooli raamatukogus lugejaks registreerimine, raamatu laenutamine), raamatu hoidmine. Suhtluspartnerite näoilmed, hääletoon (viha, hirm, vastikus, häbi, üllatus, rõõm).</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● nimetab, mille poolest ta sarnaneb teistega ja mille poolest erineb teistest; ● väärtustab iseennast ja teisi; ● alustab ja jätkab dialoogi (küsimus – vastus, teade – küsimus, kutse koostegevusele, nõustumine, loobumine); ● hindab ning vastandab õpituatsioonis oma ja kaaslaste igapäevaseid käitumisakte õige/vale-, meeldib / ei meeldi-tasandil; ● kirjeldab viisakat käitumist koolis, külas ja koduümbruses; ● kirjeldab kava abil sünnipäevapeo kulgu; ● kirjeldab näoilme ja hääletooni järgi kaaslaste 4–6 emotsiooni.
INIMENE JA TERVIS 6 tundi	
<p>Õpilase välimus (keha ja riiete puhtuskorrashoid), selle mõju enesetundele ja suhetele kaaslastega. Terve ja haige inimene, haiguse tunnused (nohu, köha, palavik, valu, lööbed), teavitamine halvast enesetundest; nakkuse levikut vältiv käitumine, ravimite võtmine. Haiguste ennetamine (riietus, ruumide õhutamine, karastamine). Tervislik eluviis: mitmekesine toit, piisav uni ja puhkus ning liikumine ja sport.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● nimetab oma keha puhtuse ning välimuse eest hoolitsemise võimalusi – vahendeid ja vajalikkust; ● kirjeldab tervet ja haiget inimest; ● teab, et ravimeid võetakse siis, kui ollakse haige, ning et ravimid võivad olla inimese tervisele ohtlikud; ● teadvustab oma enesetunnet ja teavitab sellest kaaslasti; ● kirjeldab tervise hoidmise viise: mitmekesine toit, uni ja puhkus ning liikumine ja sport;
INIMENE JA PEREKOND 3 tundi	
<p>Peretüübid: suurpere, väikepere. Õdede-vendade, vanemate, vanavanemate andmed (nimi, vanus, tegevus). Abivalmidus, kohuse- ja</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● kirjeldab oma perekonda: pere suurus, andmed pereliikmete kohta (nimi, vanus, tegevus);

vastutustunne, üksteisega arvestamine.	<ul style="list-style-type: none"> kirjeldab, mille poolest perekonnad erinevad ja sarnanevad; väärtustab üksteise abistamist ja arvestamist peres; nimetab oma kohustusi peres.
INIMENE JA KODUMAA 5 tundi	
Eestimaa minu kodumaa. Eesti Vabariigi sümboolid: vapp, hümn. Pealinn. President. Eesti rahvussümboolid: suitsupääsuke, rukkilill. Pühad ja kombed (vastlapäev, kadripäev, mardipäev, advent, jõulud).	<ul style="list-style-type: none"> tunneb Eestimaa sümboleid (lipp, vapp, hümn; suitsupääsuke, rukkilill); väärtustab Eestit – oma kodumaad; jutustab oma ja pereliikmete tegevusest pühade tähistamisel (5–6 lauset);
INIMENE JA AEG 5 tundi	
Aastaaegade jagunemine kolmeks perioodiks (varakevad jne), inimeste tegevused, ohuolukorrad sõltuvalt aastaajast (kõndimine jäätunud veekogul jms). Kalender, selle vajalikkus (aasta, kuud, nädalad; tähtpäevad). Kellaaeg õpilase päevakavas (täis- ja pooltund, tegevuste ajaline järjekord). Vaba aja mitmekülgse sisustamise võimalused.	<ul style="list-style-type: none"> määrab aega täis- ja pooltundides; kirjeldab positiivseid vaba aja veetmise võimalusi;
INIMENE JA TURVALISUS 6 tundi	
Koolitee ja selle ümbrus, kooli tuleku aeg ja viis. Käitumine tundmatute ainetega, vedelikega. Päästeteenistus: kiirabi, politsei, tuletõrje; abi vajadus (seos õnnetusjuhtumitega). Abipalve esitamine hädaabi numbril 112. Turvakodu.	<ul style="list-style-type: none"> kirjeldab ohtlikke kohti ja olukordi kooliteel ja koduümbruses ning valib ohutu tee sihtpunkti; palub ohuolukorras ja õnnetusjuhtumi korral abi (sh kasutada telefoni, valida hädaabi numbrit).

Inimeseõpetuse õppesisu 4. klassis (70 tundi)

Õppesisu	Taotletavad õpitulemused
KÄITUMINE JA SUHTLEMINE 18 tundi	
Mina. Igaühe individuaalsus ja väärtuslikkus, sooline kuuluvus. Mina ja endasse suhtumine. Lapse õigused ja kohustused. Sõbrad ja tuttavad: sõprade valimine ja hoidmine, ühistegevus. Klassiõhtu: sisukate peotegevuste	<ul style="list-style-type: none"> nimetab ning võrdleb oma ja sõprade vaba aja tegevusi, huvisid; väärtustab iseennast ja teisi, väärtustab oma soolist kuuluvust; analüüsib ühisvestluses situatsioonide, oma ja kaaslaste käitumisaktide ning

<p>valik ja planeerimine. Eakaaslaste ja täiskasvanute kõnetamine. Abivalmidus klassis (abi vajamine ja küsimine, abi vastuvõtmine, abivajaja märkamine ja abi pakkumine). Vägivaldne käitumine (tõukamine, ehmatamine, narrimine jne); võimalikud konfliktid igapäevases koolielus. Teatamine, kaebamine.</p>	<p>emotsionaalsete seisundite põhjuseid ja tagajärgi;</p> <ul style="list-style-type: none"> ● osaleb üksteise tegevust reguleerivas dialoogis (teade – teade); ● jälgib kaasõpilaste tegevust ja vajaduse korral abistab neid; ● tunneb õpituatsioonis konfliktsituatsiooni ning mõistab, millistel juhtudel on vajalik sellest täiskasvanule/õpetajale teatada;
<p>INIMENE JA TERVIS 14 tundi</p>	
<p>Õppimise tervishoid (rüht, õige istumine, silmade tervishoid, puhkus, sport). Kahjulikud harjumused (liigne telerivaatamine, liigne arvutikasutamine jms; suitsetamine ja alkoholi tarvitamine), nende mõju füüsilisele tervisele ja õppimisvõimele. Isiklikud toitumisharjumused, mõju enesetundele. Esmased kodused ravivõtted külmetushaiguste korral. Esmaabi lihtsamate vigastuste puhul (lõikehaav, ninaverejooks jne).</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● kirjeldab õpilase tervist tugevdavate ja nõrgestavate tegurite ja harjumuste mõju füüsilisele tervisele ja õppimisvõimele; ● kirjeldab esmaseid ravivõtteid külmetuse korral; ● demonstreerib õpituatsioonis esmaabi lihtsamate vigastuste puhul*;
<p>PEREKOND JA KODUKOHT 12 TUNDI</p>	
<p>Minu sugupuu (perekond ja lähisugulased). Pereliikmete lahkumine ja lein, käitumine matustel, surnuaias. Maa- ja linnakodu (hooned; eluruumide sisustus, puhtus, korrashoid). Kodutus, lastekodu kui üks peretüüp. Transpordivahendid kodukohas tänapäeval ja minevikus. Sõidupilet ühissõidukis (ostmine jm toimingud). Meie kool ja teised ümbruskonna koolid. Muuseumid kodukohas, käitumine muuseumis. Kodukoha sümbolid: lipp, vapp. Kodukoha rikkused. Pühad ja kombed (uusaasta, EV aastapäev, volbripäev, jaanipäev jne).</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● nimetab oma lähisugulasi ja selgitab abistavate küsimuste toel kodu ja perekonna tähtsust oma elus; ● väärtustab oma kodukohta, nimetab kodukoha rikkusi ja tunneb ära sümbolid; ● hoiab koolis ning kodus puhtust ja korda; ● kirjeldab pühade tähistamise kombeid oma perekonnas;
<p>INIMENE JA AEG 6 tundi</p>	
<p>Kellaaja määramine veerandtunnise täpsusega. Kellaajast kinnipidamine: täpsus; hilinemine, selle tagajärjed. Õpilase päevakava koostamine, õppimine, puhkus, vaba aja tegevused.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● määrab aega veerandtunnise täpsusega ning seostab seda tegevustega õpilase päevakavas;
<p>INIMENE JA TEAVE 4 tundi</p>	

Koolistend, ajakiri lastele, kuulutus ajalehes/stendil (teabeallikate kasutamine).	<ul style="list-style-type: none"> • hangib koostegevuses teavet koolistendilt ja ajalehe kuulutustest;
INIMENE JA TÖÖ, INIMENE JA ASJAD 6 tundi	
Töö, selle eesmärk ja tulemus (produkt, tasu); pereliikmete tööd (tööde jaotus, koostöö) koduses majapidamises, õpilase töö koolis, kohuse- ja vastutustunne töö tegemisel, tööarmastus. Lapse taskuraha, selle otstarbekas kulutamine (lihtsamate ostude sooritamine), raha kogumine. Ostud toidupoes: ostja ja müüja suhtlemine, raha kasutamine lihtsamates tehingutes. Tehingud postkontoris. Kirja saatmine.	<ul style="list-style-type: none"> • mõistab töö vajalikkust ja väärtuslikkust; • planeerib täiskasvanu abiga oma taskuraha kulutamist;
INIMENE, SÄÄSTLIKKUS JA TURVALISUS 10 tundi	
Olmejäätmete tekkimine klassis ja koduses majapidamises (tegevused, nende tagajärjel tekkiv prügi); jäätmete individuaalne käitlemine. Liiklusmärgid kodu ümbruses ja kooliteel (ülesanne, vajalikkus). Jalgrattaga (rulaga, rulluiskudega) sõitmine, ohud. Tuleohutuseeskirjade järgimine lapse igapäevastes tegevustes; käitumine tulekahju korral; käitumine tulekahjuhäire korral. Käitumine veekogude juures, basseinis, veekeskuses. Käitumine metsas, loodusmatkal (loodussäästlik käitumine, käitumine eksimise korral).	<ul style="list-style-type: none"> • sorteerib klassis tekkivaid olmejäätmeid; • kirjeldab igapäevaseid turvalise käitumise viise (liiklemine kooliteel, jalgrattaga sõitmine, tulekahju vältimine, käitumine veekogu juures ja metsas).

Inimeseõpetuse õppesisu 5. klassis (70 tundi)

Õppesisu	Taotletavad õpitulemused
KÄITUMINE JA SUHTLEMINE 14 tundi	
Mina: olulisemad isikuandmed, meeldivad ja ebameeldivad tegevused; sarnasused ja erinevused võrreldes eakaaslastega. Enesetutvustamine dialoogis, arvestades vestluspartneri vanust (eakaaslane, täiskasvanu). Suhtlemine võõrastega, milliseid	<ul style="list-style-type: none"> • märkab ja mõistab erisusi oma ja kaaslaste tegevustes, arvamustes; osaleb koostegevuses erinevat tüüpi dialoogides (teade – küsimus – vastus jne); • kirjeldab oma käitumist toimunud konfliktsituatsioonis;

<p>isikuandmeid võib kellele avaldada. Igapäevased suhtlussituatsioonid kodus ja koolis (positiivsednegatiivsed ettepanekud, konfliktid jne): hindamine (tingimused, põhjus, tagajärg); suhtlemisesmärkide mõistmine (käsk, korraldus, palve, keeld, teave jne). Vägivaldse (füüsiline, vaimne) käitumise äratundmine, käitumine ohvri ja pealtnägijana. Abivalmidus (vanad inimesed, nooremad kaaslased, erivajadustega inimesed): abivajaja märkamine ja abi pakkumine, abistamine. Abi vajaduse ja enda võimaluste hindamine abi pakkumisel.</p>	<ul style="list-style-type: none"> kirjeldab plaanile toetudes ning analüüsib ühisvestluses oma ja kaaslaste emotsionaalseid seisundeid ning käitumisakte (soovid, tingimused, põhjus, tagajärg).
<p>INIMENE JA TERVIS 12 tundi</p>	
<p>Meeleelundite (nägemis-, kuulmis-, haistmis-, maitsmis-, kompimis- ja tunnetamis-) ülesanded, tervishoid. Erivajadustega inimesed (meeleelundite kahjustuste tagajärjel), alternatiivsed suhtlemisvahendid. Enesetunde kirjeldus dialoogis arstiga (levinumad külmetus- ja nakkushaiguste tunnused), ravirežiimi järgimine. Haiguste ennetamine (tervislikud eluviisid). Tervisesport ja liikumine, sportimisvõimalused kodukohas, Eesti tuntumad sportlased. Piisava une ja puhkuse vajalikkus. Valikud toitumisel. Esmaabi põletuse, külmumise, minestuse korral. Uimastid: tubakas, alkohol, narkootikumid (kanep); alkoholi ja tubaka mõju õppimisvõimele ja käitumisele. "Ei" ütlemine uimastitega seotud situatsioonides.</p>	<ul style="list-style-type: none"> kirjeldab oma välimuse, hügieeni ja tervise eest hoolitsemise võimalusi ning teab hoolitsemise tagajärgi; kirjeldab oma enesetunnet küsimustele toetudes; kirjeldab uimastite (alkoholi ja tubaka) mõju õppimisvõimele ja käitumisele; demonstreerib õpitu olukorras uimastite tarvitamisest keeldumist*;
<p>PEREKOND JA KODUKOHT 8 tundi</p>	
<p>Elu maal ja linnas, kodukoha eluolu (levinumad tegevusvaldkonnad, ametid jms). Kodukoha rahvariided, rahvariide kandmine tänapäeval ja minevikus. Kodukoha tähtsamad traditsioonid (laulu- ja tantsupidu jms). Peretraditsioonid (pereliikmete ühised tegevused, peretraditsioonide määratlemine ühisvestluses, sarnasused erinevused kaaslastega). Pühad ja kombid (ülestõusmispühad, karjalaskepäev, jüripäev, hingedepäev).</p>	<ul style="list-style-type: none"> kirjeldab ühisvestluses oma pere traditsioone ja pühade tähistamist;

INIMENE JA AEG 8 tundi	
Aja määramine minutilise täpsusega, kellaaja kahesugune määramine (toetudes ööpäeva osadele). Päeva ja nädala ajakava, vaba aja tegevuste mitmekesisus (positiivsed ja negatiivsed harjumused päevakavas: ajakulu, valikute tegemine jne).	<ul style="list-style-type: none"> määrab aega minutilise täpsusega ning koostab õpetaja abiga endale otstarbeka ajakulutusega päevakava;
INIMENE JA TEAVE 8 tundi	
TV-kava (sisu, eakohased saated, telesaadete hulgast valikute tegemine). Pilt-teatmeteosed, Internet: kooli kodulehekülg (teabeallikate kasutamine). Reklaamide sisu ja eesmärk.	<ul style="list-style-type: none"> otsib koostegevuses teavet pilt-teatmeteosest; teadvustab reklaamide eesmäärke;
INIMENE JA TÖÖ, INIMENE JA ASJAD 10 tundi	
Palgatöö, selle tulemus ja eesmärk, ametis püsimise üldised tingimused (võrdlus õpilase käitumisega koolis). Kulutused peres lapse heaolu eest hoolitsemisel (lapse põhivajadused ja soovid, pere majanduslike võimalustega arvestamine jms), asjade väärtus sõltuvalt nende vajalikkusest. Raha hoidmise viisid: hoiukarp, pank. Raha kogumine.	<ul style="list-style-type: none"> mõistab oma kohustusi ja vastutust seoses õppetööga; teadvustab oma nõudmiste/soovide sõltuvust vajadustest ja pere sissetulekust;
INIMENE, SÄÄSTLIKKUS JA TURVALISUS 10 tundi	
Vee ja elektri säästlik tarbimine koolis ja kodus. Olmejätmete (tava-, taaskasutatavad, ohtlikud jätmed) käitlemine kodus majapidamises (prügi sorteerimine ja ärapaigutamine, kogumispunktid, jätmete kompostimine). Liiklusõnnetuste peamised põhjused, liiklusõnnetusest teatamine ja abi kutsumine. Pürotehnika (ost-müük alaealistele, kasutamine). Pommiähvarduse tegemisega kaasnevad ohud ja tagajärjed, käitumine pommiähvarduse korral.	<ul style="list-style-type: none"> kirjeldab vee ja elektri säästliku tarbimise võimalusi kodus ning koolis; nimetab olmejätmete käitlemise viise kodus majapidamises; kirjeldab ja teadvustab pürotehnika väärkasutuse ning pommiähvarduse tegemisega kaasnevaid tagajärgi;

Õppetöö rõhuasetused 6.–7.klassis

6.–7. klassis täiendatakse õppetegevuse käigus jätkuvalt õpilaste sotsiaalseid suhtlemis- ja käitumisoskusi. Õpetaja poolt organiseeritud suhtlussituatsioonides (dialoogis ja polüloogis)

harjutatakse teabe esitamist ja küsimist, väljendusvahendite mõistmist ja kasutamist sõltuvalt suhtlemiseesmärkidest ja -normidest (st suhtluspartnerite soovide, kavatsuste jms erinevad väljendusviisid), erinevate seisukohtade (sh vastandlike) mõistmist ja väljendamist, oma arvamuste selgitamist/kaitsmist. Oma ja kaaslaste tegevuse kohta tagasiside andmisel suurendatakse õpilaste verbaalset aktiivsust, kujundatakse avaliku esinemise esmaseid oskusi: toimub individuaal- ja rühmatööde tulemuste esitlemine, kommenteeritakse ja hinnatakse iseenda ning kaaslaste tegevus-, käitumis- ja suhtlusakte. Üksikute aktide hindamiselt jõutakse tervikuni; õpilasi juhatakse leidma seoseid tegevus-, suhtlus- ja käitumisakti komponentide vahel, tegema järeldusi. Praktiliste ja tekstis kirjeldatud situatsioonide analüüsil pööratakse tähelepanu nendes osalejate strateegiatele, motiividele ja kavatsustele; olukordade tingimustele, tulemustele ja tagajärgedele. Õpetatakse leidma situatsioonidele alternatiivseid lahendeid ning esitama soovitusi kaaslastele.

Suhtlemis- ja terviseetemade käsitlemisel pööratakse tähelepanu õpilaste arengulistele muutustele organismis ja käitumises (suhtlemine ja käitumine vastassugupoolega, noormehe ja neiu rollid eri situatsioonides jms) ning vaimsele ja sotsiaalsele tervisekasvatusele (eneseanalüüs ja positiivne mõtlemine; nõustamis- ja abivõimalused jms).

Alustatakse ettevalmistust iseseisvaks majandamiseks, teadliku ja säästliku tarbija kujunemiseks. Võrreldakse teenuseid–kaupu (otstarve, hind, vajadus, pakendiinfo jms), õpitakse eristama ja arvestama oma soove ning võimalusi, planeerima oma tegevusi.

Õppetegevuses kasutatavatest aktiivõppemeetoditest domineerivad eetilise sõnumiga palade lugemine ning analüüs ja praktilised tegevused (rühmatööd, rollimängud jms). Tegevustes luuakse probleemsituatioone, otsitakse neile lahendusi. Inimeseõpetuse temaatika ja õpilaste oskused võimaldavad sel perioodil rohkem kasutada IKT-vahendeid.

Inimeseõpetuse õppesisu 6. klassis (70 tundi)

Õppesisu	Taotletavad õpitulemused
SUHTLEMINE EAKAASLASTE JA TÄISKASVANUTEGA 16 tundi	
Suhtlemisstrateegiate eristamine (õpetaja abiga): selgitamine, veenmine, meelitamine, ähvardamine jm. Suhtluspartnerite motiivid ja	<ul style="list-style-type: none"> märkab ja jätab suhtlemisel meelde kaaslaste seisukohti, eristab kohast käitumist/suhtlemist kohatust

<p>kavatsused. Suhtlemine sõprade ja "sõpradega": "kambavaim", jäljendamine; isiklik arvamus, vastutus; keeldumine mittesoovitud tegevustest. Suhtlemine vastassugupoolega (tähelepanu köitmine, tunnete verbaalne ja mitteverbaalne väljendamine, reageerimine (eba)meeldivatele ettepanekutele jms). Suhtlemine internetiportaalides, enda kohta edastatava infoga seotud turvalisus ja ohud. Suhtlemine koduste ja eakaaslastega: rääkimine, ärakuulamine; pinged-konfliktid, arusaamatused, nende vältimine ja lahendamine. Suhtlemisprobleemid kodus: muutunud suhted ja rollid, iseseisvumine: laste ja vanemate vastutus. Valetamine, vaikimine, hädavale. Süüteo ülestunnistamine ja vabandamine.</p>	<p>käitumisest/suhtlemisest;</p> <ul style="list-style-type: none"> ● võrdleb ja hindab õpetaja suunamisel enda ja kaaslaste emotsionaalseid seisundeid ja käitumist (eesmärk, tingimused, põhjustagajärg); ● kasutab tuttavates olukordades suhtlemissituatsioonist, -partnerist ja -eesmärgist sõltuvaid variatiivseid väljendusviise;
<p>MINA ISE 6 tundi</p>	
<p>Mina-pilt: oskused ja võimed, huvid, tugevused ja nõrkused; sarnasused ja erinevused kaaslastega, sallivus. Enesehinnang (erineva enesehinnanguga õpilaste käitumine sarnastes situatsioonides).</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● kirjeldab ning hindab plaanile toetudes oma huvisid ja toimetulekut koolis (õnnestumised, raskused jms);
<p>INIMESE TERVIS 12 tundi</p>	
<p>Sissejuhatus inimese anatoomiasse lähtuvalt elundite funktsioonidest (nahk, meeleeelundid, aju, kopsud, magu, neerud, maks, suguelundid). Toidu- ja toitained. Toiduainete pakendiinfo (eri toitainete sisaldumine; parim enne jms). Kiirtoit – populaarsuse põhjused, mõju inimese organismile. Üle- ja alatoitumine (sh dieedid ja näljutamine), selle mõju tervisele. Esmaabi (toidu- jms) mürgituse, looma- ja putukahammustuse korral. Uimastite (sh alkoholi ja tubaka) mõju organismile (ülevaatlikult) ja käitumisele.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● omab ettekujutust inimese organismi üldisest ülesehitust, tunneb joonisel inimfiguuris ära elutähtsad organid; ● nimetab ebatervisliku toitumise võimalikke tagajärgi, oskab valida erinevate toitude hulgast tervisele kasulikke; ● kirjeldab uimastite mõju organismile ja käitumisele;
<p>INIMESE ARENG 10 tundi</p>	
<p>Murdeiga, muutused tüdrukute ja poiste organismis. Erinev arengutempo ja muutuste aktsepteerimine. Poiste ja tüdrukute hügieen, ravikosmeetika vajadus ja kasutamine.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● teadvustab ja aktsepteerib murdeega seotud muutusi oma organismis ja käitumises, mõistab arengu individuaalsust;

<p>Muutused tüdrukute ja poiste käitumises, sh suhtlemises; sobivad ja ebasobivad käitumismallid.</p>	
<p>INIMESE VÄLIMUS 6 tundi</p>	
<p>Riietumine (olukorrale ja kehaehitusele sobiva riietuse, jalanõude valik, noortemood – riietusesemete otstarbekus). Riiete ja jalanõude puhtus-korrashoid: pesemis- ja hooldusvahendite kasutamine; keemiline puhastus, kingsepp (oma soovide väljendamine suhtlemisel). Juuste igapäevane hooldamine: hooldusvahendid, juuksevärvid (pakendiinfo, kasutamine). Suhtlemine juuksuriga (oma soovide väljendamine, soovitude küsimine jms). Küünte hooldamine, maniküür, pediküür. Olukorrale ja eale sobiv dekoratiivkosmeetika.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • hoolitseb oma välimuse eest ja valib olukorrale vastavad rõivad;
<p>INIMENE JA KODU 8 tundi</p>	
<p>Kodu ja koduümbrus (kirjeldus, soovid muudatuste osas; igapäevane korrashoid). Suurpuhastus kodus (tööde järjekord, jagamine pereliikmetega, vahendid). Külaskäik ja külaliste vastuvõtmine (suulise ja kirjaliku kutse saamine, ettevalmistused sõltuvalt küllakutsest, külas viibimine). Kodukoha (ja Eesti riigi) tuntud inimesed, nende tegevusalad, elukutsed (seos päevakohaste sündmustega). Kodukoha ettevõtted ja nende toodang, töötajate ametid.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • koostab õpetaja juhendamisel kodu korrashoiuga seotud tegevuste plaani (tööde järjekord, vahendid, tööjaotus);
<p>INIMENE JA TEAVE 6 tundi</p>	
<p>Olulisemad päevauudised, nende edastamine kaaslastele. Teatmeteosed, Internet (kodukoha tuntumate paikade ja inimeste kohta lühiinfo hankimine ja edastamine koostegevuses). Transport kodukohas, kodukoha ümbruses (orienteerumine sõiduplaanides, teabe hankimine; sõidusoodustused). Telefoni otstarbekas kasutamine (telefonikaart, mobiiltelefon).</p>	<ul style="list-style-type: none"> • hangib õpetaja juhendamisel teavet kaaslastelt (küsimuste esitamine) ja eriliigilistest tekstidest (Internet, meedia, teatmeteosed, sõiduplaanid); • oskab kasutada kodukoha ühistranspordi sõiduplaane; • mõistab telefoni otstarbekas kasutamise vajalikkust;

INIMENE, SÄÄSTLIKKUS JA TURVALISUS 6 tundi

<p>Kodukeemia kasutamine (WC, vanni, pliidi ja akna puhastamine), piktogrammide pakendil, kodukeemia väärkasutuse võimalikud tagajärjed. Tulekahju tekkimise ohud koduses majapidamises: ohuolukorra hindamine, tulekahju kustutamine (esemate tulekustutusvahendite kasutamine, hädaabi). Ohutusnõuded ujumisel ja veesõidukite kasutamisel, päästevahendite kasutamine.</p>	<ul style="list-style-type: none">• nimetab kodukeemia pakenditel olevate piktogrammide tähendusi, teab kodukeemia väärkasutuse tagajärgi ja nende ennetamise võimalusi;• kirjeldab peamisi tule- ja veeohutuse nõudeid ning käitumisstrateegiaid vastavate õnnetusjuhtumite korral
---	--

Inimeseõpetuse õppesisu 7. klassis (70 tundi)

Õppesisu	Taotletavad õpitulemused
<p>Suhtlussituatsioonide kirjeldamine oma ja teise positsioonilt; suhtluspartneri soovide, kavatsuste variatiivsed väljendusviisid; hinnang suhtluspartnerite käitumisele (motiivid, tingimused, tulemused); eriarvamused (oma seisukohtade selgitamine ja kaitsmine, nõustumine kaaslase arvamusel); konfliktide lahendamise võimalused. Suhtlussituatsioonid ja –strateegiad: agressiivne, ennastkehtestav ja alistuv käitumine; süüdistamine, kriitika; iroonia, must huumor. Arusaamatused ja konfliktid kodus, sõprade vahel. Iseloomujooned ja käitumine, mida sõprades, sh vastassugupoole hinnatakse. Noormehe ja neiu omavaheline suhtlemine (kaaslane kinos, teatris, peol: kutsumine, nõustumine/keeldumine, alternatiivsete ettepanekute esitamine, kaaslasega arvestamine jne). Sõprus, armumine, armastus, käimine. Oma tunnete väljendamine, tunnetest rääkimine, lähedus, aja koosveetmine, ühised tegevused. Seksuaalsuse trepp ja arengu individuaalsus. Seksuaalsuhted: partnerite valmisolek, seksuaalsuhtest keeldumine, selle edasilükkamine; vastutus seoses seksuaalelu alustamisega, noorte nõustamisteenused. Mittesobilik seksuaalne käitumine, ahistamine, käitumine seksuaalse ahistamise korral.</p>	<ul style="list-style-type: none">• selgitab ja kaitseb õpetaja suunamisel oma seisukohti, mõistab suhtluspartnerite seisukohtade võimalikku sarnasust/erinevust, oskab reageerida kohatule käitumisele;• kirjeldab ja hindab plaani abil oma ja kaaslaste emotsionaalseid seisundeid ning käitumist (motiivid, tingimused, tulemused);• oskab teha kaaslastele (sh vastassugupoole esindajatele) ettepanekuid ning vastata positiivsetele/negatiivsetele ettepanekutele situatsioonile vastavaid moraalinorme ja käitumisetiketti arvestades;• väärtustab lähisuhtes hoolivust, abistamist ja lugupidamist;• kirjeldab, kuidas lähisuhtes läbi ühise ajaveetmise väljendada oma tundeid* mõistab seksuaalelu alustamisega seotud vastutust

MINA ISE 4 tundi	
<p>Mina-pilt: positiivsed ja negatiivsed iseloomuomadused, sarnasused-erinevused kaaslastega; negatiivsete omaduste parendamisvõimalused. Enesehinnang (erineva enesehinnanguga inimeste käitumine, minu ja kaaslaste reageeringud kiitusele, laiuusele, õnnestumisele, ebaõnnestumistele jms.; hinnangud reageeringutele, käitumisele; võimalikud lahendused).</p>	<ul style="list-style-type: none"> • teadvustab oma positiivseid ja negatiivseid iseloomujooni (3–4), oskab õpetaja suunamisel nimetada negatiivsete omaduste parandamise võimalusi; • kirjeldab ning hindab plaanile toetudes oma huvisid ja toimetulekut koolis (õnnestumised, raskused jms);
MINU TERVIS 14 tundi	
<p>Minu toiduvalik ja seda mõjutavad tegurid, mitmekesise toidu tähtsus. Kehaline aktiivsus tervise tugevdajana (kehalise aktiivsuse vormid, võimalused koolis, kodukohas). Arsti (kiirabi, perearst, hambaarst) poole pöördumine (registratuur, vestlus vastuvõtul, konsultatsioon telefoni teel). Tuntumad ravimtaimed (korjamine, säilitamine, apteegist ostmine; kasutamine). Enamlevinud nakkushaigused, levimise viisid, HIV ja AIDS. Esmaaabi mao- ja puugi hammustuse korral. Uimastite tarbimise enamlevinud põhjused noorte hulgas. Käitumine uimastitega seotud olukordades, abi kutsumine.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • kirjeldab, kuidas hoolitseda oma tervise eest (toitumine, kehaline aktiivsus, tervist kahjustavate tegevuste vältimine, rahvameditsiin, arstiabi); • oskab uimastitega seotud situatsioonides ütelda „ei” ning vajaduse korral abi kutsuda;
KODU JA KODUKOHT 10 tundi	
<p>Eestimaal elavad teised rahvused; kultuurilise mitmekesisuse rikastav roll, sallivus teiste rahvuste ja kultuuride suhtes. Oma tuba: toa plaan, toa sisustamine ja korrashoid. Kodu kaunistamine tähtpäevadeks (seos peretraditsioonidega). Vaba aja ja tegevuste planeerimine (võimalused ja pakkumised kodukohas ja lähiümbruses jne), tegevuste mitmekesisus. 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). Noorteüritused, -peod (kodused peod; kooli-,</p>	<ul style="list-style-type: none"> • väärtustab kultuurilist mitmekesisust, suhtub sallivalt teistesse rahvustesse ja kultuuridesse; • koostab kodu korrashoiu ja vaba aja sisustamisega seotud tegevuste plaani (tegevuste ajaline järjekord, oma soovide ja võimalustega arvestamine);

linna- jm peod: käitumine, riskid). Peo praktiline planeerimine sünnipäeva ja klassiõhtu näitel.	
INIMENE, AEG JA TEAVE 8 tundi	
Isikut tõendav dokument (ID-kaart, pass), selle muretsemine ja kasutamine. Isikuandmete turvaline hoidmine. Enda ja teiste kohta info edastamine internetis, sellega kaasnedavad võivad ohud ja ohtude vältimine. Kirjavahetus (kirja saatmine Eesti piires ja välismaale; tähtitud kiri; e-mail, e-kaart; kirjavahetus tänapäeval ja minevikus). Telefon (telefoniraamatu kasutamine; infotelefon; sidepidamine tänapäeval ja minevikus). Reklaampakkumised (telefoni teel pakutavad kaubateenused; reklaamlehed postkastis jms), nõustuminekeeldumine.	<ul style="list-style-type: none"> • hangib õpetaja juhendamisel teavet teistelt inimestelt ning teabetekstidest; • edastab plaani abil kaaslastele teavet; nimetab sidepidamise viise tänapäeval ja minevikus, kasutab otstarbekalt nüüdisaegseid sideteenuseid (kirjavahetus, telefon, Internet); • teadvustab internetisuhtluses valitsevaid ohte ning mõistab, millist informatsiooni enda või teiste kohta on sobilik ja turvaline avaldada;
INIMENE JA TÖÖ, INIMENE JA RAHA 6 tundi	
Töö lapse ja täiskasvanu elus (tööde liigid, töö tulemus, eesmärk, tingimused; kohusetunne ja vastutus tulemuste eest). Minu pere sissetulekud (palk, tootmine, toetused). Minu pere väljaminekud (eluase, toit, riided, transport, meelelahutus).	<ul style="list-style-type: none"> • mõistab ja oskab kirjeldada töö tähtsust (tulemus, eesmärk, tingimused); • oskab nimetada oma pere olulisemaid sissetuleku- ja kuluallikaid;
INIMENE, SÄÄSTLIKKUS JA TURVALISUS 6 tundi	
Jäätmekäitlus maal ja linnas (era- ja kortermajad; prügilad). Prügi käitlemist reguleerivad piktogrammide pakenditel. Reisimine, erinevad transpordivahendid, hääletamisel (eelised võrreldes ühistranspordiga, riskid). Hädaabi kutsumine erinevate õnnetusjuhtumite korral. Juhtumid, kus tuleb pöörduda politseisse.	<ul style="list-style-type: none"> • kirjeldab jäätmete individuaalseid ja ühiskondlikke käitlemisvõimalusi ja -viise; • demonstreerib õpitu olulisuses hädaabi numbrile helistades täpse teabe andmist;

Õppetöö rõhuasetused 8.–9. Klassis

Õppetegevuses rakendatakse ja täiendatakse eelnevatel aastatel omandatud suhtlemis- ja käitumisetiketialaseid teadmisi/oskusi. Tähelepanu pööratakse seejuures soolise küpsemise ja

iseseisva elu alustamisega seotud rollikäitumisele. Harjutatakse vestluspartnerilt täiendava teabe küsimist, erinevate ja vastandlike arvamuste kuulamist ja eristamist ning kokkulepete saavutamist vaidlustes (oma seisukohtade selgitamine ja kaitsmine, nõustumine, loobumine, eksimuste ja väärkäitumise tunnistamine). Kujundatakse oskust hinnata oma ning kaasinimeste individuaalset ja rühmakäitumist (põhjus-tagajärg-seosed, otstarbekus, vastavus ühiskonnainormidele).

Teemade käsitlemisel tutvustatakse eri eluvaldkondadega seotud õigusakte, ühiskonnaliikmete õigusi ja kohustusi (sh selgitatakse igäühe õiguste, vabaduste ja kohustuste ühetaolisuse printsiipi), kujundatakse oskusi teha otstarbekaid ja vastutustundlikke valikuid/otsuseid. Õpilastele tutvustatakse ja õpetatakse kasutama teabeallikaid, nõustamis- ja kriisiabivõimalusi, kujundades seeläbi harjumusi ning oskusi otsida, küsida, kasutada elus vajaminevat teavet ja abi.

Perekonnaõpetuse ühe osana pööratakse tähelepanu vanema rollile oma lapse kasvatamisel: tutvustatakse lapse arengutingimusi, eakohaseid arendavaid tegevusi ja vahendeid (kehalised tegevused, mängud ja mänguasjad, raamatud jms); õpetatakse lapsega koos mängima ja tegutsema. Väiksematele mängude õpetamist ja koosmängimist saavad õpilased harjutada vahetundidel, kooli üritustel.

Tundides kasutatavatest aktiivõppemeetoditest on eelistatud praktilised õppused (sh rollimängud), ühised arutelud ja diskussioonid, milles otsitakse lahendusi/vastuseid probleemituatsioonidele ja kõlbelistele dilemmadele. (Lisa)õppematerjalina kasutatakse trüki- ja elektroonilisi teabeallikaid, nõuandekirjandust (ajakirjandus, käsiraamatud) jms. Harjutatakse tekstidest teabe hankimist ning selle suulist ja kirjalikku edastamist (sh märkmete tegemist, konspekteerimist).

Inimeseõpetuse õppesisu 8. klassis (70 tundi)

Õppesisu	Taotletavad õpitulemused
KÄITUMINE RÜHMAS 12 tundi	
Rühmakäitumine: Erinevad rühmad ja rollid. Reeglid ja normid rühmas. Inimsuhteid toetavad reeglid ja normid. Rühma kuulumine, selle positiivsed ja negatiivsed küljed. Hoolivus rühmas. Rühma surve ja toimetulek sellega. Sõltumatus, selle olemus. Autoriteet.	<ul style="list-style-type: none"> • arvestab ühistegevuses suhtluspartnerite erinevate (sh vastandlike) arvamustega, saavutab õpituatsioonid õpetaja juhendamisel kokkuleppeid laharvamuste korral; • annab hinnangu oma ja kaaslaste

	<p>käitumisviiside kohasusele situatsioonis; pakub õpituatsioonis lahendusi pingeolukordadele; reageerib kohaselt sobimatule käitumisele;</p> <ul style="list-style-type: none"> • kirjeldab rühma mõju inimese käitumisele ja demonstreerib õpituatsioonis oskust keelduda tegevusest, mis kahjustab teda ennast ja teisi;
<p>LÄHISUHTED JA PEREKOND 16 tundi</p>	
<p>Noormehe ja neiu omavaheline suhtlemine. Ajutised ja püsivad suhted, suhte loomine ja hoidmine, vastastikune usaldus, suhet kahjustavad faktorid, lahkumine. Seksuaalsuse olemus ja arengu individuaalsus, seksuaalvähemused. Seksuaalkäitumine ja vastutus: sobiv ja lubamatu seksuaalkäitumine, soovimatu raseduse vältimine; sugulisel teel levivad haigused (levimine, mõju tervisele, ravi, ennetamine); nõustamisteenused. Lapsevanemaks saamine: füüsiline ja sotsiaalne küpsus. Peremudelid (perekond, üksikpered, kasu- ja hoolduspered): pereliikmete roll perekonnas (vrld minevikuga), kohustused ja vastutus. Nooremate õdede-vendade eest hoolitsemine, nendega tegelemine, sh mängimine. Praktilises tegevuses nooremate õpilaste abistamine, neile tegevuste ja mängude planeerimine ning läbiviimine.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • väärtustab lähisuhteid, oskab suhet alustada ning teab, kuidas suhteid hoida; mõistab seksuaalsuse olemust ja seksuaalse arengu individuaalsust ning teab turvalise seksuaalkäitumise põhimõtteid ja oma vastutust selles; • nimetab peremudeleid ja kirjeldab pereliikmete rolli perekonnas;
<p>TERVISE HOIDMINE 18 tundi</p>	
<p>Tervise füüsiline, vaimne, sotsiaalne ja emotsionaalne aspekt. Tervisenäitajad. Tervisliku eluviisi komponendid, endale sobiliku tervisliku toitumise ja kehalise aktiivsuse leidmine. Südame-veresoonkonna haiguste ja pahaloomuliste kasvajate põhjused ning ennetamine tervisliku eluviisiga. Tervist hoidvate valikute tegemine.</p> <p>Inimese elukaar ja selle perioodid, põhivajadused eluperioodidel (põhivajaduste rahulda(ma)tus, mõju inimese käitumisele, suhtlemisele, tundemaailmale).</p> <p>Arstiabi kodukohas (lähinaabruses):</p>	<ul style="list-style-type: none"> • kirjeldab peamisi tervist tugevdavaid ja toetavaid tegureid, tervishoiu- ning sotsiaalsüsteemi teenuseid; • teab ja oskab igapäevaelus planeerida tervislikke valikuid seoses oma füüsilise, vaimse, emotsionaalse ja sotsiaalse tervisega; • teab tervisliku toitumise ja kehalise aktiivsuse põhimõtteid ning mõistab nende rakendamise olulisust igapäevaelus; • teab ja otsib olulisi infoallikaid tervisetabe ja -abi saamiseks; • kirjeldab oma tervislikku seisundit, oskab pöörduda abi saamise eesmärgil arsti poole (vastuvõtt, kojukutse, hädaabi);

<p>meditsiinasutused ja nende otstarve; perearst ja eriarstid, kojukutse telefoni teel; tervisekindlustus; tervise- ja puhkekeskused. Tervishoiu ja sotsiaalsüsteem Eestis. Koduapteek (sisu, kasutamine, ravimipakendi teabeleht). Esmaabi lämbumise, põrutuse korral. Väsimus, stress, depressioon (tundemärgid, nõustamis- ja kriisiabi). Tervisealased infoallikad, nende kasutamine ja usaldusvärsus.</p> <p>Kaitseüstimine haiguste ennetamise eesmärgil (lastehaigused, gripp, puugihammustustega kaasnevad haigused); kaitseüstimine enne välisreise. Allergia: peamised allergiaallikad, allergilised reaktsioonid, meditsiiniline abi.</p>	
<p>RISKIKÄITUMISE ENNETUS 10 tundi</p>	
<p>Toimetulek vägivallega (vägivalla vormid, vägivallast hoidumine, vägivallega toimetulek, hinnang individuaalsele ja rühmakäitumisele; nõustamis- ja kriisiabi kodukohas). Kuriteo ohvriks langemine, pöördumine õiguskaitseorganite poole. Seksuaalvägivald, valehäbi, ohvriabi.</p> <p>Uimastid ja kuritegevus; uimastitega seotud seaduste põhipunktid. Uimastite tarvitamisega seotud tervise-, sotsiaalsed ja juriidilised riskid; sõltuvuse kujunemine. Käitumine uimastitega seotud situatsioonides, esmaabi.</p> <p>Mängurlus: loterii, hasartmängud (mänguautomaadid, kasiino jne) - riskid, sõltuvus, abi saamise võimalused.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • kirjeldab, kuidas ja millal pöörduda õiguskaitseorganite poole; • mõistab uimastite omamise, tarbimise ja levitamise seotud riske ja vastutust;
<p>INIMENE JA VÄLIMUS 2 tundi</p>	
<p>Eakohane igapäevane ja pidulik riietus, aksessuaarid (nt kooli lõpupidu); suhtumine vanemate, eakaaslaste, moeajakirjade soovitusesse. Rõivaste ja jalatsite hooldus: hooldusmärgid.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • selgitab riiete hooldusmärkide tähendusi;
<p>INIMENE JA TEAVE 2 tundi</p>	
<p>Avalik infopunkt. Kohalik ajaleht. Eestis ilmuvad ajalehed ja ajakirjad; ajakirjanduse</p>	<ul style="list-style-type: none"> • hangib teavet teistelt inimestelt ning õpetaja juhendamisel teabeallikatest ja -tekstidest;

tellimine. Uudisteportaalid internetis, internetis leiduva informatsiooni varieeruv kvaliteet.	
INIMENE, ASJAD JA RAHA 6 tundi	
<p>Arve avamine pangas; hoiuse igapäevane kasutamine (sularahaautomaat jne). Maksete liigid koduses majapidamises, maksete tasumise võimalused, täpsus.</p> <p>Igapäevased sisseostud: ostukoha valik (kauplus, turg jms); kulude planeerimine päevaks, nädalaks; ostutoimingud.</p> <p>Ühiskondliku toitlustamise asutused (menüü, arve, käitumisetikett (sh kaaslaste kutsumine); toidu kojutellimine). Kataloogikaubandus (tellimine, riskid, kauba tagastamine). Postipaki saamine ja saatmine.</p> <p>Küla-/linnaraamatukogus lugejaks registreerumine, teabe hankimine otsitava kirjanduse kohta.</p>	<ul style="list-style-type: none"> oskab kasutada lihtsamaid pangateenuseid;
KARJÄÄRI PLANEERIMINE 4 tundi	
<p>Eneseanalüüs (töölalased huvid, võimed, oskused, isiksuseomadused).</p> <p>Jätkuõppevõimalused (erialad, õppeasutused).</p>	<ul style="list-style-type: none"> teadvustab oma võimete, teadmiste ja oskuste tugevusi/nõrkusi; nimetab võimetekohase elukutse omandamise võimalusi.

Inimeseõpetuse õppesisu 9. klassis (35 tundi)

Õppesisu	Taotletavad õpitulemused
LÄHISUHTED JA PEREKOND 15 tundi	
<p>Lähisuhted, suhete alustamine ja hoidmine, vastutus ja austus. Kooselu, abiellumine ja pere loomine. Raseduse planeerimine; loote areng; loote ja ema tervist hoidev käitumine. Lapse sündimine: ettevalmistused imiku hooldamiseks; sünnijärgsed kohustused (nimepanek, tervisekindlustus, meditsiiniline</p>	<ul style="list-style-type: none"> suhtleb tavaolukorras adekvaatselt (kuulab vestluspartnerit, esitab küsimusi, selgitab oma seisukohti, otsib lahendust erimeelsustele, tunnistab oma eksimusi ja väärkäitumist); reageerib adekvaatselt kohatule käitumisele enda ja teiste suhtes;

<p>kontroll jms); kohaliku omavalitsuse ja riiklikud toetused. Lapse saamisega seotud (lisa)kulutused (peamised kuluartiklid lapseas), lapse hooldamisele kuluv aeg. Puudega laps. Imikuja lapseiga (peamised arengutingimused, suhtlemine lapsega, lapse õigused (alus)haridusele). Lapse arendamine-õpetamine (eakohased mänguasjad, raamatud jms); mängude õpetamine noorematele õpilastele. Peretülid ja –vägivald (tagajärjed, lahendused, valehäbi, nõustamis- ja kriisiabi). Uimastite tarbija perekonnas: mõju majanduslikule olukorrale, suhetele. Kohalikud ja üldriiklikud nõustamis- ja ravivõimalused. Lahutus, lahuselava vanema kohustused lapse kasvatamisel.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • oskab küsida teavet kaasinimestelt, kasutada teabetekste ja teatmikke; • hindab oma ja kaaslaste käitumise otstarbekust tavaolukorras ning vastavust ühiskonnainimestele, käitub vastavalt; • teab kooselu reegleid ja norme toetavates inimsuhetes ning väärtustab hoolivust, ausust, õiglust ja vastutustunnet; • kirjeldab imiku ja väikelapse arendamise tingimusi ning hooldamise võtteid;
<p>EELARVE PLANEERIMINE 8 tundi</p>	
<p>Pere sissetulekud (palk, toetused). Igapäevaste kulutuste planeerimine (eluase, toit, riietus, transport, vaba aeg); kulutuste kasv perekonna suurenemisel (sh lemmiklooma võtmisel). Suurte väljaminekute planeerimine (soovid, võimalused, riskid: raha säästmine ja hoiustamine, järelmaks, krediit, laen, liising). Kaupade-teenuste garantii (müüjalt teabe hankimine, garantii võimaluste-tingimuste kohta).</p>	<ul style="list-style-type: none"> • mõistab inimtegevuse peamiste ressursside (aeg, teadmised/oskused, töö, raha) tähtsust oma elus; • oskab planeerida ressursside täiendamise/kulutamisega seotud tegevusi;
<p>ELUASE 6 tundi</p>	
<p>Eluaseme liigid, eluaseme otsimine, arvestades pere vajadusi ja võimalusi (müügikuulutused, kinnisvarafirmad). Üürileping, selle tingimused (üürniku õigused ja kohustused, „halva” lepingu oht). Eluaseme sisustuse planeerimine: hädavajalik sisustus, sisustuse hankimise (ostude) järjekord, ratsionaalne paigutus, kujundusdetailid. Eluaseme, olmetehnika soetamine, hooldus ja remont: teabe hankimine võimaluste, tingimuste ja abiteenuste kohta (müüja, telefoniraamat, kasutusjuhend jne).</p>	<ul style="list-style-type: none"> • kirjeldab eluaseme omandamise, sisustamise ning hooldamisega seotud vajadusi, võimalusi, ohtusid ja kohustusi;
<p>KARJÄÄRI PLANEERIMINE 6 tundi</p>	
<p>Jätkuõppevõimalused, valikute tegemine,</p>	<ul style="list-style-type: none"> • hindab nõustaja suunamisel adekvaatselt

<p>arvestades huvisid, võimeid ja majanduslikke võimalusi (transport, elamiskulud jms); kutsenõustamine. Kohalik tööhõiveamet, tööturuteenused töötajale, töötus. Töötaja põhilised õigused ja kohustused, lepinguta töötamisega kaasnevad riskid ja tagajärjed, ümbrikupalk. Abi leidmine tööõigusega seotud küsimustes. Inimkaubandus: tööorjus ja prostitutsioon, ohvriks sattumise põhjused, inimkaubandusele viitavad märgid (kuulutuses, tööpakkuja käitumises), ohtude teadvustamine, käitumine ohvriks sattumise korral, ohvriabi.</p>	<p>oma võimeid, teadmisi, oskusi, jätkuõppevõimalusi ja -tingimusi ning teeb enda jaoks sobivaima karjäärivaliku;</p> <ul style="list-style-type: none">● teab oma peamisi õigusi ja kohustusi töötajana, nimetab info ja abi saamise võimalusi tööõigusega seotud küsimustes;● mõistab lepinguta töötamise ja ümbrikupalgaga seotud riske ja negatiivseid tagajärgi;● tunneb töötamisel ära inimkaubandusele viitavad märgid, teadvustab ohte ning kirjeldab õiget käitumist inimkaubanduse ohvriks sattumise korral.
--	--