

Põhikooli lihtsustatud õppe inimeseõpetuse ainekava

7. klass

Õppesisu:

Suhtlemine eakaaslaste ja täiskasvanutega

- 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 arvamusega); 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 vastassugupooles 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.

Mina ise

- Minapilt: positiivsed ja negatiivsed iseloomuomadused, sarnasused-erinevused kaaslastega; negatiivsete omaduste parendamisvõimalused. Enesehinnang (erinev

enesehinnanguga inimeste käitumine, minu ja kaaslaste reageeringud kiitusele, laitudele, õnnestumisele, ebaõnnestumistele jms.; hinnangud reageeringutele, käitumisele; võimalikud lahendused).

Minu tervis

- 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.
- Esmaabi mao- ja puugihammustuse korral.
- Uimastite tarbimise enamlevinud põhjused noorte hulgas.
- Käitumine uimastitega seotud olukordades, abi kutsumine.

Kodu ja kodukoht

- 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 pere traditsioonidega).
- 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 meespea kaaslastele; plaani tutvustamine ja põhjendamine jms).
- Noorteüritused, -peod (kodused peod; kooli-, linna- jm peod: käitumine, riskid). Peo praktiline planeerimine sünnipäeva ja klassiõhtu näitel.

Inimene, aeg ja teave

- Isikut tõendav dokument (ID-kaart, pass), selle taotlemine ja kasutamine. Isikuandmete turvaline hoidmine. Enda ja teiste kohta info edastamine internetis, sellega kaasneda võivad ohud ja ohtude vältimine.
- Kirjavahetus (kirja saatmine Eesti piires ja välismaale; tähitud kiri; e-mail, e-kaart; kirjavahetus tänapäeval ja minevikus).
- Telefon (telefoniraamatu kasutamine; infotelefon; sidepidamine tänapäeval ja minevikus).
- Reklaampakkumised (telefoni teel pakutavad kaubad-teenused reklaamlehed postkastis jms), nõustumine-keeldumine.

Inimene ja töö, inimene ja raha

- 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).

Inimene, säästlikkus ja turvalisus

- Jäätmekäitlus maal ja linnas (era- ja kortermajad; prügilad). Prügi käitlemist reguleerivad piktogrammide pakenditel.
- Reisimine, erinevad transpordivahendid, hääletamine (eelised võrreldes ühistranspordiga, riskid).
- Hädaabi kutsumine erinevate õnnetusjuhtumite korral.
- Juhtumid, kus tuleb pöörduda politseisse.

Õpitulemused:

- selgitab ja kaitseb õpetaja suunamisel oma seisukohti, mõistab suhtluspartnerite seisukohtade võimalikku sarnasust/erinevust, oskab reageerida kohatule käitumisele;
 - teadvustab oma positiivseid ja negatiivseid iseloomujooni (3–4), oskab õpetaja suunamisel
 - nimetada negatiivsete omaduste parandamise võimalusi;
 - kirjeldab ja hindab plaani abil oma ja kaaslaste emotsionaalseid seisundeid ning käitumist (motiivid, tingimused, tulemused; reageerimine (eba)õnnestumisele jms);
 - oskab teha kaaslastele (sh vastassugupoole esindajatele) ettepanekuid ning vastata positiivsetele/negatiivsetele ettepanekutele situatsioonile vastavaid moraalinorme ja käitumisetiketti arvestades;
 - väärtustab lähisuhetes hoolivust, abistamist ja lugupidamist;
 - mõistab seksuaalelu alustamisega seotud vastutust;
 - mõistab oma õigust keelduda seksuaalsuhtest
 - nimetab noortele mõeldud nõustamisteenuseid (nõustamiskabinet, internetileheküljed www.amor.ee, perearst, kooli medõde jne)
 - kirjeldab uimastite tarvitamise enamlevinud põhjusi noortel
 - oskab uimastitega seotud situatsioonides öelda „ei” ning vajaduse korral abi kutsuda;
 - kirjeldab, kuidas hoolitseda oma tervise eest (toitumine, kehaline aktiivsus, tervist kahjustavate tegevuste vältimine, rahvameditsiin, arstiabi);
 - koostab kodu korrashoiu ja vaba aja sisustamisega seotud tegevuste plaani (tegevuste ajaline järjekord, oma soovide ja võimalustega arvestamine);
-
- 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;
- mõistab ja oskab kirjeldada töö tähtsust (tulemus, eesmärk, tingimused);
- oskab nimetada oma pere olulisemaid sissetuleku- ja kuluallikaid;
- kirjeldab jäätmete individuaalseid ja ühiskondlikke käsitlemisvõimalusi ja -viise;
- demonstreerib õpituatsioonis hädaabi numbrile helistades täpse teabe andmist