

# INIMESEÕPETUSE AINEKAVA PÕHIKOOIILE

## Kadrina Keskkool

*Alus: Vabariigi Valitsuse määrus nr 1  
06.01.2011 "Põhikooli riiklik õppekava"*

### 1. ÜLDALUSED

#### 1.1. Õppe- ja kasvatuseesmärgid

Põhikooli inimeseõpetusega taotletakse, et õpilane tunneb ja väärtustab isiksuse arenemisele ning sotsialiseerumisele kaasa aitavate teadmiste, oskuste ja hoiakute kujunemist järgmistes valdkondades:

- 1) enesekohased ja sotsiaalsed oskused;
- 2) füüsiline, vaimne, emotsionaalne ja sotsiaalne areng;
- 3) tervis ja tervislik eluviis;
- 4) turvalisus ja riskikäitumise ennetamine;
- 5) üldinimlikud väärtused: ausus, hoolivus, vastutustunne ja õiglus.

#### 1.2. Õppeaine kirjeldus

Inimeseõpetuses käsitletakse inimest ja tema sotsiaalset keskkonda tervikuna, integreerides õppesisu kõigis kooliastmes. Inimeseõpetuses käsitletakse eakohaselt õpilaste isiksuse kujunemisele ja sotsialiseerumisele kaasa aitavaid teadmisi, oskusi ja hoiakuid. Õpitavat käsitletakse võimalikult igapäevaeluga seondunult, kusjuures õppes on olulisel kohal aktiivõpimeetodid.

Õpetus on inimeseõpetuses isiksusekeskne, rõhk on väärtuskasvatusel. Õpetuses liigutakse tervikliku mina poole ning situatiivselt vahetu ümbruse tajumiselt ühiskonna sotsiaalsele tunnetusele. Väärtustatakse tõhusaid enesekohaseid ja sotsiaalseid oskusi, positiivse minapildi kujunemist ning üldinimlikke väärtusi. Inimeseõpetuse ainesisu toetab turvalise koolikeskkonna saavutamist ning eetiliste, vastutustundlike ja aktiivsete kodanikuühiskonna liikmete kujunemist.

Väärtuskasvatus ja hoiakute kujundamine toimub vaimses õpikeskkonnas üksteist mõistvas õhkkonnas ning on suunatud õpilaste positiivse mõtlemise arendamisele oma arengu- ja toimetulekuvõimaluste üle. Soodne sotsiaalne õpikeskkond toetub eelkõige õpilaste isikupära ja isiklike seisukohtade austamisele, võimaluste tagamisele vabaks arvamuseavalduseks, initsiatiiviks, osalemiseks ja tegutsemiseks nii üksi kui ka koos teistega.

Õppetegevused muutuvad põhikooli kolme kooliastme jooksul lihtsamast keerukamaks, ent peavad aine eesmärkidest lähtuvalt olema õpilasele mõistetavad ja tähenduslikud ning toetama arusaama õpitava vajalikkusest.

Inimeseõpetus on kontsentriiline õppeaine, mille võtmeteemasid käsitletakse igal kooliastmel, arvestades arengulist käsitlust seoses 1) endasse positiivse suhtumise ja tervikliku mina kujundamisega ning 2) arenguülesannete ja nendega toimetulekuga.

Esimeses kooliastmes on inimeseõpetuses rõhk õpilase enesekohasel pädevusel ning enese suhestamisel lähiümbrusega, integreerides ühiskonnaõpetuse temaatikat. Teises kooliastmes on keskmes õpilase sotsiaalne pädevus ja sotsiaalsete probleemide ennetamine ning õpilase tervist tugevdav ja väärtustav eluviis. Kolmandas kooliastmes keskendutakse õpilase ealiste

iseärasuste (murdeiga) ja arenguülesannetega toimetulekule, tervise tervikkäsitlusele ning enese- ja sotsiaalsetele oskustele.

Inimeseõpetuses õpitakse teatud teemasid ülevaate korras ja teatud teemasid käsitletakse sügavuti. Teemasid võib käsitleda nii üksteisele järgnevatena kui ka integreerituna, et saavutada oskuste-, teadmiste- ja väärtustepõhised õpitulemused.

### **1.3. Õppetegevus**

Õppetegevust kavandades ja korraldades:

- 1) lähtutakse õppekava alusväärtustest, üldpädevustest, õppeaine eesmärkidest, õppesisust ja oodatavatest õpitulemustest ning toetatakse lõimingut teiste õppeainete ja läbivate teemadega;
- 2) taotletakse, et õpilase õpikoormus (sh kodutööde maht) on mõõdukas, jaotub õppeaasta ulatuses ühtlaselt ning jätab õpilasele piisavalt aega puhata ja huvitegevustega tegelda;
- 3) võimaldatakse õppida individuaalselt ja üheskoos teistega (iseseisvad, paaris- ja rühmatööd), et toetada õpilaste kujunemist aktiivseteks ning iseseisvateks õppijateks;
- 4) kasutatakse diferentseeritud õppeülesandeid, mille sisu ja raskusaste toetavad individualiseeritud käsitlust ning suurendavad õpimotivatsiooni;
- 5) rakendatakse nüüdisaegseid info- ja kommunikatsioonitehnoloogiatel põhinevaid õpikeskkondi ning õppematerjale ja -vahendeid;
- 6) laiendatakse õpikeskkonda: sotsiaal-kultuuriline keskkond, arvutiklass, asutused, muuseumid, näitused jne;
- 7) kasutatakse mitmekülgset õppemeetodite valikut rõhuasetusega aktiivõppemeetoditele: arutelud, diskussioonid, juhtumianalüüs, paaristööd, projektõpe, rollimängud, rühmatööd, väitlused, õpimapi ja uurimistöo koostamine, praktilised ja uurimistöod (nt töölehtede täitmine, loovtöö kirjutamine, infootsing teabeallikatest) jne;
- 8) arvestatakse õpilaste võimete ja suutlikkuse ja kohaliku eripäraga ning ühiskonnas toimuvate muutustega;
- 9) arendatakse õpilaste teadmisi, oskusi ja hoiakuid, sealjuures on põhirõhk hoiakute kujundamisel;
- 10) võimaldatakse siduda õpet koolivälise eluga (kohtuda erinevate inimestega, kaasata vanemaid jne), et kogu ainekäsitlus oleks võimalikult elulähedane.

### **1.4. Hindamine**

Hindamisel lähtutakse vastavatest põhikooli riikliku õppekava üldosa sätetest. Hindamine inimeseõpetuses tähendab konkreetsete õpitulemuste saavutatuse ja õppija arengu toetamist, kusjuures põhirõhk on õpilase arengu toetamisel. Hinnatakse õpilase teadmisi ja oskusi suuliste vastuste (esituste), kirjalike ja/või praktiliste tööde ning praktiliste tegevuste alusel, arvestades õpilase teadmiste ja oskuste vastavust taotletavatele õpitulemustele. Kirjalikke ülesandeid hinnates arvestatakse eelkõige töö sisu, kuid parandatakse ka õigekirjavead, mida hindamisel ei arvestata.

Õpitulemuste hindamisel kasutatakse sõnalisi hinnanguid ja numbrilisi hindeid. Õpilane peab teadma, mida ja millal hinnatakse ning milliseid hindamisvahendeid kasutatakse ja millised on hindamise kriteeriumid.

Hindamise põhiülesanne on toetada õpilase arengut, et kujuneks positiivne minapilt ja adekvaatne enesehinnang, kusjuures oluline on õpilase enda roll hindamisel, pakkudes võimalusi enesehindamiseks. Inimeseõpetuses hinnatakse õpilaste teadmisi ja oskusi, kuid ei hinnata hoiakuid ega väärtusi. Hoiakute ja väärtuste kohta antakse õpilasele tagasisidet.

Aineteadmiste ja -oskuste ning hoiakute hindamine võib kanda nii kujundava kui ka kokkuvõtva hindamise ülesandeid, kusjuures põhirõhk on kujundaval hindamisel. Õpitulemuste hindamise vormid on mitmekesised, sisaldades suulisi, kirjalikke ja praktilisi ülesandeid.

Suuliste ja kirjalike ülesannete puhul õpilane:

- 1) selgitab ning kirjeldab mõistete sisu ja omavahelisi seoseid;
- 2) selgitab oma arvamusi, hinnanguid, seisukohti ja suhtumisi, seostades neid omandatud teadmistega;
- 3) eristab, rühmitab, võrdleb ja analüüsib olukordi, seisundeid, tegevusi ning tunnuseid lähtuvalt õpitulemustest;
- 4) demonstreerib faktide, mõistete ning seaduspärasuste tundmist lähtuvalt õpiülesannete sisust.

Praktiliste ülesannete puhul õpilane:

- 1) rakendab teoreetilisi teadmisi praktiliselt õpituatsioon;is;
- 2) demonstreerib õpitulemustes määratud oskusi õpituatsioon;is;
- 3) kirjeldab õpitulemustes määratud teadmiste ja oskuste rakendamist igapäevaelus.

## **2. I KOOLIASTE**

### **2.1. Kooliastme õpitulemused**

#### **3. klassi lõpetaja:**

- 1) väärtustab ennast ja teisi ning teab, et inimesed, nende arvamused, hinnangud ja väärtused on erinevad;
- 2) oskab suhelda ja käituda teisi arvestades ja tehes koostööd, ning sõnastab oma tundeid ja teab, et nende väljendamiseks on erinevaid viise;
- 3) väärtustab hoolivust, ausust, õiglust ja vastutustunnet;
- 4) teab põhilisi käitumisreegleid, arvestab neid ning kirjeldab, mis on õiglane ja ebaõiglane käitumine;
- 5) väärtustab sõprust ja toetavaid peresuhteid armastuse ning vastastikuse toetuse allikana;
- 6) teab, milline on tervislik eluviis ning kuidas hoida füüsilist ja vaimset tervist, ning väärtustab neid;
- 7) mõistab oma õigust keelduda ennastkahjustavast tegevusest ning teab, kuidas ohuolukorras abi kutsuda;
- 8) kirjeldab, mis on lapse õigused ja kohustused, mõistab vastutust oma tegude eest ning planeerib oma aega ja igapäevaseid tegevusi;
- 9) teab, mis on perekond, kodu, kodukoht ja kodumaa, ning väärtustab neid;
- 10) teab Eesti riigi sümboleid ja lähemaid naaberriike.

### **2.2. Õpitulemused ja õppesisu**

#### **I. Inimene (2. klass)**

##### **1. Mina**

##### **Õpitulemused**

Õpilane:

- 1) kirjeldab oma välimust, huve ja tegevusi, mida talle meeldib teha;
- 2) teab, mille poolest sarnanevad ja eristuvad erinevad sugupooled;
- 3) nimetab, mille poolest ta sarnaneb teistega ja erineb teistest;
- 4) väärtustab iseennast ja teisi;
- 5) mõistab viisaka käitumise vajalikkust.

##### **Õppesisu**

Mina. Minu erinevused teistest inimestest ja sarnasused nendega. Iga inimese väärtus. Viisakas käitumine.

##### **2. Mina ja tervis**

##### **Õpitulemused**

Õpilane:

- 1) kirjeldab, kuidas oma tervise eest hoolitseda;
- 2) kirjeldab tervet ja haiget inimest;
- 3) teab, kas haigused on nakkuslikud või mitte;
- 4) teab, et ravimeid võetakse siis, kui ollakse haige, ning et ravimid võivad olla inimese tervisele ohtlikud;
- 5) mõistab ja kirjeldab tervise hoidmise viise: mitmekesine toit, uni ja puhkus ning liikumine ja sport;
- 6) demonstreerib õpituatsioonis lihtsamaid esmaabivõtteid ja abi saamise võimalusi (nt haav, kukkumine, mesilase nõelamine, ninaverejooks, praht silmas, puugihammustus, põletus ja rästikuhammustus);
- 7) teab hädaabi telefoninumbrit ja oskab kutsuda abi.

### **Õppesisu**

Tervis. Terve ja haige inimene. Tervise eest hoolitsemine. Ravimid. Tervislik eluviis: mitmekesine toit, piisav uni ja puhkus ning liikumine ja sport. Abi saamise võimalused. Esmaabi.

### **3. Mina ja minu pere**

#### **Õpitulemused**

Õpilane:

- 1) kirjeldab, mille poolest perekonnad erinevad ja sarnanevad;
- 2) väärtustab üksteise abistamist ja arvestamist peres;
- 3) teab oma kohustusi peres;
- 4) selgitab lähemaid sugulussuhteid;
- 5) kirjeldab pereliikmete erinevaid rolle kodus;
- 6) teab inimeste erinevaid töid ja töökohti;
- 7) kirjeldab ja eristab võimalusi, kuidas abistada pereliikmeid kodustes töödes;
- 8) jutustab oma pere traditsioonidest;
- 9) oskab tänaval käituda ning ületada sõiduteed ohutult;
- 10) kirjeldab ohtlikke kohti ja olukordi kooliteel ja koduümbruses ning valib ohutu tee sihtpunkti;
- 11) väärtustab toetavaid peresuhteid ja kodu.

### **Õppesisu**

Kodu. Koduarmastus. Perekond. Erinevad pered. Vanavanemad ja teised sugulased. Pereliikmete tegevus ja rollid. Vanemate ja teiste inimeste töö. Kodused tööd. Abivalmidus, kohuse- ja vastutustunne. Kodu traditsioonid. Koduümbrus. Naabrid ja naabruskond. Võõras ümbrus ja võõraga kaasaminek. Ohud kodus ja koduümbruses.

### **4. Mina: aeg ja asjad**

#### **Õpitulemused**

Õpilane:

- 1) eristab, mis on aja kulg ja seis;
- 2) oskab koostada oma päevakava, väärtustades aktiivset vaba aja veetmist;
- 3) väärtustab oma tegevusi, mis on positiivsete tunnete tekkimise allikaks;
- 4) selgitab asjade väärtust;
- 5) oskab eristada oma ja võõrast asja ning mõistab, et võõrast asja ei tohi loata võtta;
- 6) väärtustab ausust asjade jagamisel.

### **Õppesisu**

Aeg. Aja planeerimine. Oma tegevuse kavandamine. Täpsus, lubadused, vastutus. Minu oma, tema oma, meie oma. Asja väärtus ja hind. Asjade väärtus teiste väärtuste seas.

### **5. Mina ja kodumaa**

#### **Õpitulemused**

Õpilane:

- 1) tunneb ära Eesti Vabariigi lipu ja vapi;
- 2) oskab nimetada Eesti Vabariigi pealinna, sünnipäeva ja presidenti;
- 3) leiab Euroopa kaardilt Eesti ning Eesti kaardilt kodukoha;
- 4) tunneb kodukoha sümbolikat;
- 5) nimetab oma kodukoha tuntud inimesi ja paiku ning väärtustab kodukohta;
- 6) kirjeldab mardi- ja kadripäeva, jõulude ning lihavõttepühade rahvakombeid;
- 7) väärtustab Eestit, oma kodumaad.

### **Õppesisu**

Eesti – minu kodumaa. Kodukoht. Eesti rikkus. Rahvakalendri tähtpäevad.

### **II. Meie (3. klass)**

#### **1. Mina**

#### **Õpitulemused**

Õpilane:

- 1) väärtustab igäihe individuaalsust seoses välimuse, huvide ja tugevustega;
- 2) väärtustab inimese õigust olla erinev;
- 3) selgitab endasse positiivse suhtumise tähtsust;
- 4) nimetab enda õigusi ja kohustusi;
- 5) teab, et inimeste õigustega kaasnevad kohustused.

### **Õppesisu**

Mina. Igäihe individuaalsus ja väärtuslikkus. Mina ja endasse suhtumine. Lapse õigused ja kohustused.

#### **2. Mina ja tervis**

#### **Õpitulemused**

Õpilane:

- 1) kirjeldab seoseid tervise hoidmise viiside vahel: mitmekesine toitumine, uni ja puhkus ning liikumine;
- 2) eristab vaimset ja füüsilist tervist;
- 3) kirjeldab olukordi ja toob näiteid, kuidas keelduda ja hoiduda tegevusest, mis kahjustab tema tervist;
- 4) nimetab, kelle poole pöörduda erinevate murede korral;
- 5) väärtustab tervislikku eluviisi.

### **Õppesisu**

Vaimne ja füüsiline tervis. Tervislik eluviis. Ohud tervisele ja toimetulek ohuolukorras.

### **3. Mina ja meie**

#### **Õpitulemused**

Õpilane:

- 1) nimetab inimese eluks olulisi vajadusi ja võrdleb enda vajadusi teiste omadega;
- 2) kirjeldab omadusi, mis peavad olema heal sõbral, hindab ennast nende omaduste järgi;
- 3) väärtustab sõprust;
- 4) teab, kuidas olla hea kaaslane ning kuidas teha koostööd;
- 5) eristab enda head ja halba käitumist;
- 6) kirjeldab oma käitumise tagajärgi ning annab neile hinnangu;
- 7) väärtustab leppimise ja vabandamise tähtsust inimsuhetes;
- 8) nimetab ja kirjeldab inimeste erinevaid tundeid ning toob näiteid olukordadest, kus need tekivad, ja leiab erinevaid viise nendega toimetulekuks;
- 9) demonstreerib õpituatsioonis, kuidas keelduda ennastkahjustavast tegevusest;
- 10) teab abi saamise võimalusi kiusamise ja vägivald korral;
- 11) mõistab, et kiusamine ja vägivald ei ole aktsepteeritud ja lubatud käitumine;
- 12) kirjeldab oma sõnadega, mida tähendavad vastutustundlikkus ja südametunnistus;
- 13) väärtustab üksteise eest hoolitsemist ja üksteise abistamist;
- 14) kirjeldab oma tegevuse planeerimist nädalas, väärtustades vastutust;
- 15) nimetab üldtunnustatud käitumisreegleid ja põhjendab nende vajalikkust;
- 16) teab liiklusreegleid, mis tagavad tema turvalisuse, ning kirjeldab, kuidas käituda liikluses turvaliselt;
- 17) eristab tööd ja mängu;
- 18) selgitab enda õppimise eesmärgid ning toob näiteid, kuidas õppimine aitab igapäevaelus paremini hakkama saada;
- 19) teab tegureid, mis soodustavad või takistavad keskendumist õppimisel;
- 20) väärtustab lubadustest kinnipidamist ja vastutust.

### **Õppesisu**

Minu ja teiste vajadused. Sõbrad ja sõpruse hoidmine. Sallivus. Üksteise eest hoolitsemine ja teist abistamine. Ausus ja õiglus. Leppimine. Vabandamine. Oma muredest rääkimine ja tunnete väljendamine. Oskus panna end teise inimese olukorda. Keeldumine kahjulikust tegevusest. Minu hea ja halb käitumine. Südametunnistus. Käitumisreeglid. Minu käitumise mõju ja tagajärjed. Liiklusreeglid. Mäng ja töö. Õppimine. Kohustetunne ja vastutus. Meeskonnatöö. Tööjaotus.

#### **4. Mina: teave ja asjad**

##### **Õpitulemused**

Õpilane:

- 1) kirjeldab eri meeltega tajutavaid teabeallikaid;
- 2) selgitab, kuidas reklaamid võivad mõjutada inimeste käitumist ja otsuseid ning turvalist käitumist meediakeskkonnas;
- 3) teab, et raha eest saab osta asju ja teenuseid ning et raha teenitakse tööga;
- 4) mõistab oma vastutust asjade hoidmisel ja laenamisel;
- 5) selgitab, milleks kasutatakse raha ning mis on raha teenimine, hoidmine, kulutamine ja laenamine;
- 6) kirjeldab, milliseid vajadusi tuleb arvestada taskuraha kulutades ja säästes.

##### **Õppesisu**

Teave ja teabeallikad ning nende kasutamine. Reklaami mõju. Turvaline käitumine meediakeskkonnas. Raha. Raha teenimine, kulutamine ja laenamine. Vastutus. Oma kulutuste planeerimine.

#### **5. Mina ja kodumaa**

##### **Õpitulemused**

Õpilane:

- 1) selgitab skeemi järgi haldusüksuste seoseid oma kodukohas;
- 2) leiab Euroopa kaardilt Eesti ja tema naaberriigid;
- 3) nimetab Eesti rahvuslikke ja riiklikke sümboleid;
- 4) kirjeldab Eestis elavate rahvuste tavasid ja kombeid ning austab neid;
- 5) väärtustab oma kodumaad.

##### **Õppesisu**

Küla, vald, linn, maakond. Eesti teiste riikide seas. Naaberriigid. Eesti Vabariigi ja kodukoha sümbolid. Erinevate rahvaste tavad ja kombed. Sallivus.



### **3. II KOOLIASTE**

#### **3.1. Kooliastme õpitulemused**

##### **6. klassi lõpetaja:**

- 1) kirjeldab enesehinnangu, enesekontrolli ning eneseanalüüsi võimalusi ja olulisust igapäevasuhtes, väärtustab inimeste erinevusi ning oskab teisi arvestada, demonstreerides seda õpituatsioonis;
- 2) väärtustab enda ja teiste positiivseid iseloomujooni ja omadusi ning sõprust ja armastust vastastikuse toetuse ning usalduse allikana;
- 3) väärtustab hoolivust, ausust, õiglust ja vastutustunnet ning kirjeldab tõhusaid sotsiaalseid oskusi igapäevaelus: üksteise aitamist, jagamist, hoolitsemist ja koostööd;
- 4) kirjeldab, millised kehalised ja emotsionaalsed muutused toimuvad murdeas, aktsepteerides nende individuaalsust;
- 5) kirjeldab ja selgitab konfliktide võimalikke põhjusi ning oskab eristada tõhusaid ja mittetõhusaid konfliktide lahenduse viise; demonstreerib, kuidas õpituatsioonis tõhusalt verbaalselt oma tundeid väljendada, aktiivselt kuulata ja kehtestavalt käituda;
- 6) kirjeldab, mis on füüsiline, vaimne ja sotsiaalne tervis, ning arvestab tervisliku eluviisi komponente igapäevaelus;
- 7) kirjeldab uimastite tarbimisega kaasnevaid riske ja väärtustab tervislikku elu uimastiteta; demonstreerib õpituatsioonis, kuidas keelduda ennast ja teisi kahjustavast tegevusest;
- 8) teab ja oskab õpituatsioonis leida erinevaid lahendusviise otsuste langetamisel;
- 9) teab, kuidas toimida ohuolukorras, oskab õpituatsioonis abi kutsuda ning valdab esmaabivõtteid;
- 10) kirjeldab tegevusi, mis muudavad tema elukeskkonna turvaliseks ja tervist tugevdavaks.

#### **3.2. Õpitulemused ja õppesisu**

##### **I. Tervis (5. klass)**

###### **1. Tervis**

###### **Õpitulemused**

###### **Õpilane:**

- 1) kirjeldab füüsilist, vaimset ja sotsiaalset tervist ning selgitab tervise olemust nendest mõistetest lähtuvalt;
- 2) teab enda põhilisi tervisenäitajaid: kehakaalu ja kehapiikkust, kehatemperatuuri, pulsisagedust ning enesetunnet;
- 3) nimetab tervist tugevdavaid ja tervist kahjustavaid tegevusi ning selgitab nende mõju inimese füüsilisele, vaimsele ja sotsiaalsele tervisele;
- 4) eristab põhilisi organismi reaktsioone stressi korral ning kirjeldab nendega toimetuleku võimalusi;
- 5) väärtustab oma tervist.

## **Õppesisu**

Tervise olemus: füüsiline, vaimne ja sotsiaalne tervis. Tervisenäitajad. Tervist mõjutavad tegurid. Hea ja halb stress. Keha reaktsioonid stressile. Pingete maandamise võimalused.

### **2. Tervislik eluviis**

#### **Õpitulemused**

Õpilane:

- 1) oskab eristada tervislikke ja mittetervislikke otsuseid igapäevaelus;
- 2) koostab endale tervisliku toidumenüü ja analüüsib seda, lähtudes tervisliku toitumise põhimõtetest;
- 3) kirjeldab tervisliku toitumise põhimõtteid ning väärtustab neid;
- 4) selgitab, kuidas on toitumine seotud tervisega;
- 5) kirjeldab tegureid, mis mõjutavad inimese toiduvalikut;
- 6) teab kehalise tegevuse mõju oma tervisele ja toob selle kohta näiteid;
- 7) oskab hinnata oma päevakava, lähtudes tervisliku eluviisi komponentidest;
- 8) hindab ja oskab planeerida kehalise aktiivsuse piisavust oma igapäevategevuses;
- 9) väärtustab tervislikku eluviisi.

## **Õppesisu**

Tervisliku eluviisi komponendid. Tervislik toitumine. Tervisliku toitumise põhimõtted. Toitumist mõjutavad tegurid. Kehaline aktiivsus. Kehalise aktiivsuse vormid. Tervistava kehalise aktiivsuse põhimõtted. Päevakava ning töö ja puhkuse vaheldumine. Uni.

### **3. Murdeiga ja kehalised muutused**

#### **Õpitulemused**

Õpilane:

- 1) kirjeldab murdeiga inimese elukaare osana ning murdeas toimuvaid muutusi seoses keha ning tunnetega;
- 2) aktsepteerib oma kehalisi muutusi ja teab, kuidas oma keha eest hoolitseda;
- 3) teab, et murdeiga on varieeruv ning igäühel oma arengutempo;
- 4) teab suguküpsuse tunnuseid ja esmaste sugutunnuste seost soojätkamisega.

## **Õppesisu**

Murdeiga inimese elukaares. Kehalised ja emotsionaalsed muutused murdeas. Kehaliste muutuste erinev tempo murdeas. Suhtumine kehasse ja oma keha eest hoolitsemine. Suguline küpsus ja soojätkamine.

### **4. Turvalisus ja riskikäitumine**

#### **Õpitulemused**

Õpilane:

- 1) kirjeldab olukordi, kus saab ära hoida õnnetusjuhtumeid;
- 2) selgitab, miks liikluseeskiri on kohustuslik kõigile, ning kirjeldab, kuidas seda järgida;

- 3) teab, et õnnetuse korral ei tohi enda elu ohtu seada, ning kuidas abi kutsuda;
- 4) nimetab meediast tulenevaid riske oma käitumisele ja suhetele;
- 5) suheldes meedia vahendusel, mõistab vahendatud suhtlemise olemust ning vastutust oma sõnade ja tegude eest;
- 6) väärtustab turvalisust ja ohutut käitumist;
- 7) demonstreerib õpituatsioonis, kuidas kasutada tõhusaid enesekohaseid ja sotsiaalseid oskusi tubaka, alkoholi ja teiste uimastitega seotud olukordades: emotsioonidega toimetulek, enesetunnetamine, kriitiline mõtlemine, probleemide lahendamine ja suhtlusoskus;
- 8) kirjeldab tubaka ja alkoholi tarbimise kahjulikku mõju inimese organismile;
- 9) väärtustab mitmekesist positiivset ja tervislikku elu uimastiteta.

### **Õppesisu**

Turvaline ning ohutu käitumine koolis, kodus ja õues. Eakaaslaste ning meedia mõju tervise ja ohukäitumise alaseid valikud tehes; iseenda vastustus. Vahendatud suhtlemine. Tõhusad enesekohased ja sotsiaalsed oskused uimastitega seotud situatsioonides. Valikud ja vastutus seoses uimastitega. Tubaka, alkoholi ja teiste levinud uimastite tarbimisega seonduvad riskid tervisele.

### **5. Haigused ja esmaabi**

#### **Õpitulemused**

Õpilane:

- 1) oskab kirjeldada, kuidas hoida ära levinumaid nakkus- ja mittenakkushaigusi;
- 2) selgitab ja toob näiteid, kuidas haigusi ravitakse meditsiiniliste ja rahvameditsiini vahenditega;
- 3) teab, mis on HIV ja AIDS ning kuidas ennast kaitsta HIViga nakatumise eest;
- 4) kirjeldab, kuidas ennast ja teisi inimesi abistada õnnetusjuhtumi korral;
- 5) teab, kuidas toimida turvaliselt ohuolukorras ja abi kutsuda, ning demonstreerib õpituatsioonis lihtsamaid esmaabivõtteid (nt kõhuvalu, külmumine, luumurd, minestamine, nihestus, peapõrutus, palavik ja päikesepiste);
- 6) nimetab esmaabivahendeid ja kirjeldab, kuidas neid praktikas kasutada;
- 7) väärtustab enda ja teiste inimeste elu.

### **Õppesisu**

Levinumad laste ja noorte haigused. Nakkus- ja mittenakkushaigused. Haigustest hoidumine. HIV, selle levikuteed ja sellest hoidumise võimalused. AIDS. Esmaabi põhimõtted. Esmaabi erinevates olukordades. Käitumine õnnetusjuhtumi korral.

### **6. Keskkond ja tervis**

#### **Õpitulemused**

Õpilane:

- 1) kirjeldab tervislikku elukeskkonda, lähtudes oma kodukoha loodus- ja tehiskeskkonnast;

- 2) eristab tegureid, mis muudavad elukeskkonna turvaliseks ja tervist tugevdavaks või mitteturvaliseks ja tervist kahjustavaks;
- 3) kirjeldab õpikeskkonna mõju õpilase õpitulemustele.

### **Õppesisu**

Tervislik elukeskkond. Tervislik õpikeskkond. Tervis heaolu tagajana.

## **II. Suhtlemine (6. klass)**

### **1. Mina ja suhtlemine**

#### **Õpitulemused**

Õpilane:

- 1) analüüsib enda iseloomujooni ja -omadusi, väärtustades positiivseid jooni ja omadusi;
- 2) mõistab, mis mõjutab enesehinnangut ning kuidas see kujuneb;
- 3) mõistab enesekontrolli olemust ning demonstreerib õpituatsioonis oma käitumise kontrolli, saades hakkama vihaga ja teiste emotsioonidega;
- 4) oskab selgitada ja põhjendada oma väärtusi seoses eneseanalüüsiga.

### **Õppesisu**

Enesesse uskumine. Enesehinnang. Eneseanalüüs. Enesekontroll. Oma väärtuste selgitamine.

### **2. Suhtlemine teistega**

#### **Õpitulemused**

Õpilane:

- 1) tunneb ära enda ja teiste inimeste põhilised vajadused ning teadvustab neid;
- 2) teab suhtlemise olemust ning väärtustab tõhusate suhtlusoskuste vajalikkust;
- 3) eristab verbaalset ja mitteverbaalset suhtlemist;
- 4) kirjeldab erinevaid mitteverbaalseid suhtlusvahendeid ning nende mõju verbaalsele suhtlemisele;
- 5) demonstreerib õpituatsioonis aktiivse kuulamise võtteid;
- 6) mõistab eneseavamise mõju suhtlemisele;
- 7) demonstreerib õpituatsioonis, kuidas väljendada oma tundeid verbaalselt, säilitades ja tugevdades suhteid;
- 8) teadvustab eelarvamuste mõju suhtlemisele igapäevaelus ja toob selle kohta näiteid;
- 9) eristab ning kirjeldab kehtestavat, agressiivset ja alistuvat käitumist ning mõistab nende käitumiste mõju suhetele;
- 10) teab, et „ei” ütlemine on oma õiguste eest seismine, ning oskab partnerit arvestavalt öelda „ei” ennast ja teisi kahjustava käitumise korral ning aktsepteerib partneri „ei” ütlemist ennast ja teisi kahjustava käitumise korral;
- 11) väärtustab positiivset suhtumist endasse ja teistesse.

### **Õppesisu**

Minu ja teiste vajadused. Vajaduste hierarhia. Suhtlemise komponendid. Verbaalne ja mitteverbaalne suhtlemine. Aktiivne kuulamine. Tunnete väljendamine. Eneseavamine. Eelarvamused. Kehtestav, agressiivne ja alistuv käitumine. „Ei” ütlemine seoses ennast ja teisi kahjustava käitumisega.

### **3. Suhted teistega**

#### **Õpitulemused**

Õpilane:

- 1) kirjeldab tõhusate sotsiaalsete oskuste (üksteise aitamise, jagamise, koostöö ja hoolitsemise) toimimist igapäevaelus;
- 2) oskab abi pakkuda ning teistelt abi vastu võtta;
- 3) väärtustab hoolivust, sallivust, koostööd ja üksteise abistamist;
- 4) eristab inimeste erinevaid rolle suhtes ning nende muutuvat iseloomu;
- 5) demonstreerib õpituatsioonis oskust näha olukorda teise isiku vaatenurgast;
- 6) tähtsustab oskust panna end teise inimese olukorda ja mõista tema tundeid ning väärtustab empaatilist suhtlemist;
- 7) väärtustab sõprust kui vastastikuse usalduse ja toetuse allikat;
- 8) kirjeldab kaaslaste rühma arvamuste, valikute ja käitumise mõju ning surve tagajärgi;
- 9) mõistab isikuseärasusi ning teadvustab soolisi erinevusi ja inimeste erivajadusi.

#### **Õppesisu**

Tõhusad sotsiaalsed oskused: üksteise aitamine, jagamine, koostöö ja hoolitsemine. Sallivus enda ja teiste vastu. Hoolivus. Sõprussuhted. Usaldus suhtes. Empaatia. Vastutus suhtes. Kaaslaste mõju ja surve. Erinevuste ja mitmekesisuse väärtustamine. Isikuseärasused. Soolised erinevused. Erivajadustega inimesed

### **4. Konfliktid**

#### **Õpitulemused**

Õpilane:

- 1) selgitab konflikti häid ja halbu külgi ning aktsepteerib konflikte kui osa elust;
- 2) teab, eristab ja kirjeldab efektiivseid ning mitteefektiivseid konflikti lahendamise viise;
- 3) kasutab õpituatsioonis konflikte lahendades tõhuseid viise ning väärtustab neid.

#### **Õppesisu**

Konfliktide olemus ja põhjused. Tõhusad ja mittetõhusad konfliktide lahendamise teed.

5. Otsustamine ja probleemilahendus

#### **Õpitulemused**

Õpilane:

- 1) teab ja oskab õpituatsioonis otsuseid langetades leida erinevaid lahendusviise;
- 2) kirjeldab otsustades erinevate lahendusviiside puudusi ja eeliseid;

- 3) mõistab otsustades lahendusviiside lühi- ja pikaajalisi tagajärgi;
- 4) selgitab ja kirjeldab eri situatsioonidesse sobiva parima käitumisviisi valikut;
- 5) väärtustab vastutuse võtmist otsuseid langetades.

### **Õppesisu**

Otsustamine ja probleemide lahendamine. Erinevate käitumisviiside leidmine probleeme lahendades. Tagajärgede arvestamine probleemilahenduses. Vastutus otsustamisel.

### **6. Positiivne mõtlemine**

Õpitulemused

Õpilane:

- 1) nimetab ja väärtustab enda ning teiste positiivseid omadusi;
- 2) väärtustab positiivset mõtlemist.

### **Õppesisu**

Positiivne mõtlemine. Positiivsed jooned ja omadused endas ning teistes, nende märkamine.

## **4. III KOOLIASTE**

### **4.1. Kooliastme õpitulemused**

#### **Põhikooli lõpetaja:**

- 1) teab ja oskab kasutada põhilisi enesekasvatuse viise ning analüüsib ennast, seostades seda oma valikutega elus ja väärtustades ennast;
- 2) teab ja oskab igapäevaelus planeerida tervislikke valikuid seoses oma füüsilise, vaimse, emotsionaalse ja sotsiaalse tervisega ning analüüsib valikuid mõjutavaid tegureid ja oma vastutuse osa selles;
- 3) teab tervisliku toitumise ja kehalise aktiivsuse põhimõtteid ning mõistab nende rakendamise olulisust igapäevaelus;
- 4) teab, millised arengumuutused toimuvad murdeea, ja mõistab murdeea eripära teiste eluperioodide seas;
- 5) mõistab seksuaalsuse olemust ja seksuaalse arengu individuaalsust ning teab turvalise seksuaalkäitumise põhimõtteid ja oma vastutust selles ning väärtustab seksuaalõigusi;
- 6) analüüsib riskikäitumist mõjutavaid tegureid ja mõju inimese tervisele ning demonstreerib õpituatsioonis, kuidas kasutada tõhusaid enesekohaseid ja sotsiaalseid oskusi riskikäitumisega seotud olukordades;
- 7) teab ja oskab otsida olulisi infoallikaid tervisetabe ja -abi saamiseks, analüüsides nende kasutusvõimalusi, ning demonstreerib õpituatsioonis esmaabi põhilisi võtteid ja kirjeldab tõhusat käitumist ohuolukordades;
- 8) kirjeldab stressi ja kriisi olemust inimsuhetes ning teab, kuidas luua ja säilitada toetavaid ning lähedasi suhteid; väärtustab sõprust ja armastust vastastikuse toetuse allikana;
- 9) kirjeldab rühma mõju inimese käitumisele ja demonstreerib õpituatsioonis oskust keelduda tegevusest, mis kahjustab teda ennast ja teisi;
- 10) teab kooselu reegleid ja norme toetavates inimsuhetes, mõistab nende vajalikkust rühmas ning väärtustab hoolivust, ausust, õiglust ja vastutustunnet.

### **4.2. Õpitulemused ja õppesisu**

#### **I. Inimene (7. klass)**

##### **1. Inimese elukaar ja murdeea koht selles**

#### **Õpitulemused**

##### **Õpilane:**

- 1) iseloomustab murde- ja noorukiea arenguülesandeid üleminekul lapseast täiskasvanuikka;
- 2) kirjeldab, kuidas mõjutavad inimese kasvamist ja arengut pärilikud ning keskkonnategurid;
- 3) toob näiteid inimese võimaluste kohta ise oma eluteed kujundada ning mõistab enda vastutust oma elutee kujundajamisel;
- 4) kirjeldab põhilisi enesekasvatuse võtteid: eneseveenmist, enesetreeningut, eneseergutust ja -karistust ning enesesisendust.

## **Õppesisu**

Areng ja kasvamine. Arengut ja kasvamist mõjutavad tegurid. Inimese elukaar. Murde- ja noorukiea koht elukaares. Inimene oma elutee kujundajana. Enesekasvatuse alused ja võimalused. Vastutus seoses valikutega.

### **2. Inimese mina**

#### **Õpitulemused**

Õpilane:

- 1) selgitab, mis on minapilt ja enesehinnang;
- 2) kirjeldab positiivse endassesuhtumise kujundamise ja säilitamise võimalusi;
- 3) kasutab eneseanalüüsi oma teatud iseloomujooni, huve, võimeid ja väärtusi määrares;
- 4) väärtustab võimalusi oma iseloomu, huve, võimeid ja väärtusi positiivses suunas kujundada ning toob nende kohta näiteid;
- 5) kirjeldab inimeste erinevaid iseloomujooni, huve, võimeid ja väärtusi ning mõistab toetavate suhete rikastavat iseloomu;
- 6) kirjeldab suhete säilitamise ning konfliktide vältimise võimalusi;
- 7) demonstreerib õpituatsioonis tõhusaid konfliktide lahendamise viise.

## **Õppesisu**

Minapilt ja enesehinnang. Eneseanalüüs: oma iseloomujoonte, huvide, võimete ja väärtuste määramine. Konfliktide vältimine ja lahendamine.

### **3. Inimene ja rühm**

#### **Õpitulemused**

Õpilane:

- 1) iseloomustab erinevaid rühmi ning liigitab neid suuruse, liikmetevahelise läheduse ja ülesande järgi;
- 2) kirjeldab inimeste erinevaid rolle rühmades ning nende mõju inimese käitumisele;
- 3) mõistab normide ja reeglite vajalikkust ühiselu toimimisel ja korraldamisel;
- 4) võrdleb erinevate rühmade norme ja reegleid ning kirjeldab nende erinevusi;
- 5) kirjeldab rühma kuulumise positiivseid ja negatiivseid külgi;
- 6) demonstreerib õpituatsioonis toimetulekut rühma survega;
- 7) selgitab sõltumatus ja autoriteedi olemust inimsuhetes;
- 8) väärtustab inimsuhteid toetavaid reegleid ja norme.

## **Õppesisu**

Erinevad rühmad ja rollid. Rollide suhtelisus ja kokkuleppelisus. 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.

### **4. Turvalisus ja riskikäitumine**



## **Õpitulemused**

Õpilane:

- 1) demonstreerib õpituatsioonis, kuidas kasutada tõhusaid sotsiaalseid oskusi uimastitega seotud olukordades: emotsioonidega toimetulek, enesetunnetamine, kriitiline mõtlemine, probleemide lahendamine ja suhtlemisoskus;
- 2) demonstreerib õpituatsioonis tõhusaid käitumisviise kiusamise ja vägivalda korral koolis;
- 3) eristab legaalseid ja illegaalseid uimasteid;
- 4) kirjeldab uimastite tarvitamise lühi- ja pikaajalist mõju inimese füüsilisele tervisele.

## **Õppesisu**

Tõhusad enesekohased ja sotsiaalsed oskused, et vältida riskikäitumist: emotsioonidega toimetulek, enesetunnetamine, kriitiline mõtlemine, probleemide lahendamine, suhtlusoskus. Hakkamasaamine kiusamise ja vägivaldaga. Erinevad legaalsed ja illegaalsed uimastid. Uimastite tarvitamise lühi- ja pikaajaline mõju.

## **5. Inimese mina ja murdeea muutused**

### **Õpitulemused**

Õpilane:

- 1) kirjeldab põhimuresid küpsemisperioodil ning nendega toimetuleku võimalusi;
- 2) selgitab, milles seisneb suguküpsus;
- 3) kirjeldab omadusi, mis teevad noormehe ja neiu meeldivateks suhtluskaaslasteks;
- 4) selgitab soorolli olemust ning kirjeldab soostereotüüpset suhtumist;
- 5) kirjeldab inimliku läheduse erinevaid avaldumisviise: vastastikust seotust ja meeldimist, sõprust ja armumist;
- 6) kirjeldab, milles seisneb inimese vastutus seksuaalsuhetes;
- 7) selgitab turvalise seksuaalkäitumise põhimõtteid.

## **Õppesisu**

Varane ja hiline küpsemine – igäihel oma tempo. Muutunud välimus. Nooruki põhimured küpsemisperioodil. Suguküpsus. Naiselikkus ja mehelikkus. Soorollid ja soostereotüübid. Lähedus suhetes. Sõprus. Armumine. Käimine. Lähedus ja seksuaalhuvi. Vastutus seksuaalsuhetes ja turvaline seksuaalkäitumine.

## **6. Õnn**

### **Õpitulemused**

Õpilane mõistab, et toimetulek iseenda ja oma eluga tagab õnne ning rahulolu.

### **Õppesisu**

Õnn. Toimetulek iseenda ja oma eluga õnne eeldusena.

## **II. Tervis (8. klass)**

### **1. Tervis**

#### **Õpitulemused**

## Õpilane:

- 1) kirjeldab füüsilise, vaimse, emotsionaalse ja sotsiaalse tervise vastastikust mõju ning seost;
- 2) kirjeldab olulisi tervisenäitajaid rahvastiku tervise seisukohalt;
- 3) analüüsib tegureid, mis võivad mõjutada otsuseid tervise kohta, ning demonstreerib õpituatsioonis tõhusaid viise otsuste langetamisel tervisega seonduvate valikute puhul individuaalselt ja koostöös teistega;
- 4) analüüsib ja hindab erinevate tervise infoallikate ning teenuste kasutamise võimalusi ja usaldusväärust;
- 5) analüüsib enda tervise seisundit ning teab, mis tegurid ja toimetulekumehhanismid aitavad säilitada inimese vaimset heaolu;
- 6) analüüsib inimese kehalise aktiivsuse ja toitumise mõju tervisele;
- 7) analüüsib oma igapäevatoitu vastavust tervisliku toidu põhimõtetele;
- 8) selgitab kehalise aktiivsuse mõju inimese füüsilisele, vaimsele, emotsionaalsele ja sotsiaalsele tervisele;
- 9) oskab planeerida eri tüüpi kehalist aktiivsust oma igapäevaellu ning väärtustab kehalist aktiivsust eluviisi osana;
- 10) selgitab stressi olemust, põhjusi ja tunnuseid;
- 11) kirjeldab stressiga toimetuleku viise ja eristab tõhusaid toimetulekuviise mittetõhusatest;
- 12) kirjeldab kriisi olemust ja seda, kuidas käituda kriisiolukorras; teab abi ja toetuse võimalusi.

## Õppesisu

Tervis kui heaoluseisund. Terviseaspektid: füüsiline, vaimne, emotsionaalne ja sotsiaalne tervis. Terviseaspektide omavahelised seosed. Eesti rahvastiku tervisenäitajad. Tervislik eluviis ning sellega seonduvate valikute tegemine ja vastutus. Tegurid, mis mõjutavad tervisega seotud valikuid.

Tervisealased infoallikad ja teenused. Tervise infoallikate usaldusväärsus. Kehaline aktiivsus tervise tugevdajana. Kehaline vormisolek ja sobiva kehalise aktiivsuse valik. Toitumise mõju tervisele. Toitumist mõjutavad tegurid. Vaimne heaolu. Vaimset heaolu säilitada aitavad tegevused ja mõttelaad. Stress. Stressorid. Stressi kujunemine. Stressiga toimetulek. Kriis, selle olemus. Käitumine kriisiolukorras. Abistamine, abi otsimine ja leidmine.

## 2. Suhted ja seksuaalsus

### Õpitulemused

#### Õpilane:

- 1) kirjeldab viise, kuidas luua ning säilitada mõistvaid, toetavaid ja lähedasi suhteid sotsiaalse tervise kontekstis;
- 2) demonstreerib õpituatsioonis oskusi, mis aitavad kaasa suhete loomisele ja säilitamisele: üksteise aitamine, jagamine, koostöö, teineteise eest hoolitsemine;
- 3) väärtustab tundeid ja armastust suhetes;

- 4) selgitab seksuaalsuse olemust ja seksuaalse arengu individuaalsust ning tunnete osa selles arengus;
- 5) kirjeldab tunnete ja läheduse jagamise viise;
- 6) selgitab, milles seisneb partnerite vastutus seksuaalsuhetes;
- 7) selgitab soorollide ja soostereotüüpide mõju inimese käitumisele ning tervisele;
- 8) kirjeldab, millised on tõhusad rasestumisvastased meetodid noortele ja millised käitumisviisid aitavad ära hoida nakatumist seksuaalsel teel levivatesse haigustesse;
- 9) kirjeldab seksuaalsel teel levivate haiguste ärahoidmise võimalusi;
- 10) teab, mis on HIV ja AIDS ning HIVi nakatumise teid ja võimalusi nakatumise vältimiseks;
- 11) eristab HIVi ja AIDSi müüte tegelikkusest;
- 12) väärtustab vastutustundlikku käitumist seksuaalsuhetes ja kirjeldab seksuaalõigusi kui seksuaalsusega seotud inimõigusi;
- 13) nimetab, kuhu saab pöörduda abi ja nõu saamiseks seksuaaltervise küsimustes.

## Õppesisu

Sotsiaalne tervis ja suhted. Suhete loomine, säilitamine ja katkemine. Suhete väärtustamine. Armastus. Seksuaalsuse olemus: lähisuhted, seksuaalidentiteet, seksuaalne nauding, soojätkamine seksuaalne areng. Seksuaalne orientatsioon. Soorollide ja soostereotüüpide mõju inimese käitumisele ning tervisele. Seksuaalvahekord. Turvaline seksuaalkäitumine. Rasestumisvastased meetodid. Seksuaalõigused. Seksuaalsel teel levivate haiguste vältimine. HIV ja AIDS. Abi ja nõu saamise võimalused.

## 3. Turvalisus ja riskikäitumine

### Õpitulemused

Õpilane:

- 1) kirjeldab levinumate riskikäitumiste tagajärgi, mõju inimese tervisele ja toimetulekule;
- 2) kirjeldab ja selgitab levinumate riskikäitumiste ärahoidmise ja neisse sekkumise võimalusi indiviidi ja rühma tasandil, lähtudes igapäevaelust, ning teadvustab ennetamise ja sekkumise võimalusi ühiskonna tasandil;
- 3) kirjeldab, mis on vaimne ja füüsiline uimastisõltuvus ning kuidas see kujuneb;
- 4) kirjeldab ja demonstreerib õpituatsioonis, kuidas käituda uimastitega seotud olukordades;
- 5) teab, kuidas käituda turvaliselt ohuolukorras ning kutsuda abi allergia, astma, diabeedi, elektrišoki, epilepsia, lämbumise, mürgituse, palaviku ja valu korral;
- 6) demonstreerib õpituatsioonis esmaabivõtteid kuumakahjustuse, teadvusekaotuse, südameseiskumise ja uppumise korral.

## Õppesisu

Levinumad riskikäitumise liigid. Riskikäitumise mõju inimese tervisele ja toimetulekule. Tõhusad enesekohased ja sotsiaalsed oskused riskikäitumisega toimetulekul. Uimastid ja nende toime kesknärvisüsteemile. Uimastitega seonduvad vääruskumused. Uimastite

tarvitamise isiklikud, sotsiaalsed, majanduslikud ja juriidilised riskid. Sõltuvuse kujunemine. Esmaabi põhimõtted ja käitumine ohuolukordades.

#### **4. Inimene ja valikud**

##### **Õpitulemused**

Õpilane analüüsib ennast oma huvide, võimete ja iseloomu põhjal ning seostab seda valikutega elus.

##### **Õppesisu**

Huvide ja võimete mitmekesisus ning valikud. Edukus, väärtushinnangud ja prioriteetid elus. Mina ja teised kui väärtus.

## **5. Füüsiline õpikeskkond**

1. Kool korraldab valdava osa õppest klassis, kus on mööbli ümberpaigutamise võimalus rühmatöökaks ja ümarlauavestluseks ning toetavad demonstratsioonivahendid.
2. Õppe sidumiseks igapäevaeluga võimaldab kool õpet väljaspool klassi.