

VILJANDI KAARE KOOL
INIMESEÕPETUSE AINEKAVA
PÕHIKOOOLI LIHTSUSTATUD RIIKLIK ÕPPEKAVA

Viljandi 2024

1. Ainevaldkonna üldosa.....	3
1.1. Valdkonnapädevus.....	3
1.2. Ainetundide jaotus	3
1.3. Ainevaldkonna lõiming, üldpädevuste saavutamine ja õppekava läbivate teemade käsitlemine ainevaldkonnas.....	4
1.3.1. Lõiming teiste ainevaldkondadega	4
1.3.2. Üldpädevuste saavutamine.....	5
1.3.3. Läbivad teemad.....	7
2. Õppeaine kirjeldus ja eesmärgid.....	10
2.1. Õppeaine kirjeldus – inimeseõpetus.	10
2.2 Inimeseõpetuse õppe- ja kasvatuseesmärgid.....	10
3. Ainekavad.....	11
3.1. I kooliaste.....	11
3.1.1 I kooliastme lõpuks taotletavad teadmised, oskused ja hoiakud	11
3.1.2. I kooliastme õpitulemused	11
3.1.3. Õpitulemused ja õppesisu klassiti	12
1. klass.....	12
2. klass.....	15
3. klass.....	18
3.2. II kooliaste	21
3.2.1. Kooliastme lõpuks taotletavad teadmised, oskused ja hoiakud	21
3.2.2. II kooliastme õpitulemused.....	21
3.2.3. Õpitulemused ja õppesisu klassiti	22
4. klass.....	22
5. klass.....	25
6. klass.....	28
Suurpuhastus kodus, tööde järjekord,	29
3.3. III kooliaste	31
3.3.1. Kooliastme lõpuks taotletavad teadmised, oskused ja hoiakud	31
3.3.2 III kooliastme õpitulemused.....	32
3.3.3. Õpitulemused ja õppesisu klassiti	32
8. klass.....	37
9. klass.....	40

1. Ainevaldkonna üldosa

1.1. Valdkonnapädevus

Inimeseõpetuse valdkonnapädevused hõlmavad oskust tunda ja austada oma keelt ja kultuuri ning suhtuda teistest rahvustest inimestesse eelarvamuste vabalt ja lugupidavalt. Aktiivne ja vastutustundlik kodanik teab oma õigusi ja kohustusi, järgib ühiselu reegleid, väärtustab oma võimeid ning tervislikku eluviisi. Inimeseõpetus hõlmab õppimise planeerimist, eesmärkide seadmist ja teabevahendite kasutamist, olles avatud uutele teadmistele ja oskustele. Suhtluspädevus seisneb olukorra ja partnerite arvestamisel, oma soovide ja seisukohtade esitamisel, abi küsimisel, arutelus osalemisel. Matemaatika ja loodusteaduste alane oskus tähendab matemaatika ja loodusteaduste keele kasutamist, probleemide lahendamist, inimese ja keskkonna seoste mõistmist ning vastutustundlikku ja keskkonnasäästlikku tegutsemist. Ettevõtlikkus seisneb uue oskuse omandamisse panustamises, algatusvõimes ja koostöövalmiduses, tegevuste lõpuleviimises, paindlikus reageerimises muutustele ning praktilise töö ja elukestva õppe väärtustamises. Digioskused hõlmavad teadlikku ja eesmärgipärast tegutsemist digimaailmas, digikeskkonna ohtude tundmist, info ja programmide kasutamist ning digikeskkonnas moraali- ja väärtuspõhimõtete järgimist, arvestades autoriõigustega.

1.2. Ainetundide jaotus

Inimeseõpetust õpitakse 1.-9. klassini.

Nädalatundide jaotumine klassiti:

	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.
Inimeseõpetus	1	1	1	2	2	2	2	2	1

1.3. Ainevaldkonna lõiming, üldpädevuste saavutamine ja õppekava läbivate teemade käsitlemine ainevaldkonnas

1.3.1. Lõiming teiste ainevaldkondadega

Inimeseõpetuse õpitegevuses on olulisel kohal lõimitud õpe teiste ainevaldkondadega.

Keel ja kirjandus sh võõrkeeled

Inimeseõpetus on lõimitud eesti keelega: suhtlemine, suuline eneseväljendusoskus, teabe otsimine, konspekteerimine.

Saadakse teadmisi erinevatest kultuuridest ja traditsioonidest, see hõlmab oma ja teiste kultuuride erinevuste mõistmist ning lugupidamist teiste keelte ja kultuuride vastu mitmekultuurilises ühiskonnas.

Matemaatika (loodusained)

Arendatakse oskust kasutada matemaatikas õpitut (näiteks aeg, raha, graafikud jms), lisaks probleemide püstitamist, sobivate lahenduste leidmist ja nende rakendamist, lahenduste analüüsimist ning tulemuse tõesuse kontrollimist.

Looduskeskkonna märkamine ja mõistmine ning jätkusuutliku ja vastutustundliku eluviisi väärtustamine.

Sotsiaalsed

Õpitakse tundma ning järgima ühiskonnas kehtivaid väärtusi, norme ja reegleid, omandatakse teadmisi, oskusi ja hoiakuid sotsiaalselt aktsepteeritud käitumisest ning inimeste vastastikustest suhetest, mis aitavad kaasa tõhusale kohanemisele ja toimetulekule perekonnas, eakaaslaste hulgas, kogukonnas ning ühiskonnas. Õpilased omandavad kultuuriruumis orienteerumiseks vajalikke teadmisi oma kodukoha ja maailma minevikust ning kultuuripärandist erinevate tegevuste kaudu. Ajaloo vahendusel suunatakse õpilane teadvustama, analüüsima ja kriitiliselt hindama ning tõlgendama minevikus aset leidnud sündmusi ja protsesse, nende omavahelisi seoseid ja seoseid tänapäevaga ning ajaloosündmuste erineva tõlgendamise põhjusi.

Töö- ja tehnoloogiaõpetus

Tegeletakse karjääri planeerimisega, viiakse kurssi tehnika ja tehnoloogia arengu muutustega erinevates ametites ja elukutsetes. Õpitakse kasutama töövahendeid eesmärgipäraselt, säästlikult ja ohutult.

Kunstiained

Arendatakse eneseväljendus- ja koostööoskusi, avardatakse õpilase arusaama erinevate kultuuride ja väärtuste mitmekesisusest. Kunstiprojektid rikastavad õppetööd, soodustades loovust ja terviklikku arengut

Liikumisõpetus

Väärtustatakse kehalise aktiivsuse tähtsust ning tervislikku eluviisi.

1.3.2. Üldpädevuste saavutamine

Kultuuri- ja väärtuspädevus

Tunnetab end oma rahvuse liikmena ja Eesti kodanikuna, suhtub teistest rahvustest inimestesse eelarvamuste vabalt ja lugupidavalt, tunneb ja austab oma keelt ja kultuuri ning väärtustab eesti keele ja kultuuri säilimist ja arengut; tunneb ja järgib üldtunnustatud väärtusi ja reegleid/kokkuleppeid, ei jää ükskõikseks, kui neid eiratakse, ning sekkub vajaduse korral oma võimaluste piires.

Sotsiaalne ja kodanikupädevus

On aktiivne ja vastutustundlik kodanik, kes on huvitatud oma kooli, kodukoha ja riigi arengust; teab oma peamisi õigusi ja kohustusi, oskab nende eest seista, arvestab rühma huvisid ja isiklikku huvi; järgib vastutustundlikult ühiselu reegleid, konflikte lahendades arvestab seadusi ning moraalinorme. Koostööoskuseid kujundatakse paaris- ja rühmatöös meeskonnas töötades.

Enesemääratluspädevus

Mõistab ja väärtustab iseennast ja enda arengut, hindab adekvaatselt oma võimeid ja toimetulekut igapäevaelus, juhib oma käitumist erinevates olukordades; väärtustab tervislikku eluviisi, on füüsiliselt aktiivne.

Õpipädevus

Õpib vastavalt oma võimetele, planeerib õppimist sh aja- ja koha valikut ning kasutab õppimisel lihtsamaid õpistrateegiaid, järgib kavandatut, seab eesmärgid (eneseregulatsioon). Täidab korrektselt jõukohaseid ülesandeid individuaalselt ja rühmas, kasutab sobivaid teabevahendeid. On avatud uutele teadmistele ja oskustele.

Suhtluspädevus

Suhtleb olukorda ja suhtlemispartnereid arvestades, esitab oma soove, selgitab oma seisukohti, küsib vajadusel abi, osaleb täiskasvanu suunamisel arutelus; loeb, mõistab, kirjutab ja loob tekste iseseisvaks toimetulekuks vajalikul tasemel, kasutab teabevahendeid info saamiseks; esineb ja analüüsib täiskasvanu toel oma sooritust, oskab anda ja vastu võtta konstruktiivset tagasisidet.

Matemaatika-, loodusteaduste- ja tehnoloogiaalane pädevus

Kasutab lihtsat matemaatikale ja loodusteadustele omast keelt ja sümbolit; lahendab elulisi probleemsituatsioone, kasutades omandatud matemaatilisi, loodusteaduslikke ja/või tehnoloogiaalaseid teadmisi-oskusi ning (abi)vahendeid; mõistab inimese ja keskkonna vahelisi seoseid, suhtub elukeskkonda vastutustundlikult ja hoolivalt, elab ning tegutseb loodust ja keskkonda säästvalt.

Ettevõtlikkuspädevus

Uue oskuse omandamiseks panustab oma aega ja energiat, on tegutsemisaldis ning algatusvõimeline, oskab eesmärkide saavutamiseks teha koostööd paaris- ja grupidis, viib alustatud tegevuse lõpule, reageerib muutustele paindlikult, väärtustab praktilist tööd ja on valmis kutse- ja elukestvaks õppeks. Hindab adekvaatselt oma võimeid, püstitab ja täidab endale seatud eesmärgid ning võtab vastutuse oma tegude eest.

Digipädevus

Orienteerub ja tegutseb infotehnoloogilises maailmas eesmärgipäraselt. On teadlik digikeskkonna ohtudest, oskab end kaitsta ja teab, kust saada abi. Otsib ja kasutab infot, tunneb lihtsamaid programme ja keskkondi. Järgib digikeskkonnas üldkehtivaid moraali- ja väärtuspõhimõtteid. Digitaalset sisu luues või koostades arvestab autoriõigustega.

1.3.3. Läbivad teemad

Elukestev õpe ja karjääri planeerimine

Taotletakse õpilase kujunemist isiksuseks, kes on valmis õppima kogu elu, täitma erinevaid rolle muutuvast õpi-, elu- ja töökeskkonnas ning kujundama oma elu teadlike otsuste kaudu, sealhulgas tegema mõistlikke kutsevalikuid.

Inimeseõpetuses käsitletakse inimeste erinevaid töid ja töökohti, harjutatakse koostööd ja tööde jaotamist, toetatakse endasse uskumist, arendatakse eneseanalüüsi ja enesekontrolli oskusi, oma väärtuste selgitamist, enda ja teiste positiivsete joonte ja omaduste märkamist ja väärtustamist.

Keskkond ja jätkusuutlik areng

Taotletakse õpilase kujunemist sotsiaalselt aktiivseks, vastutustundlikuks ja keskkonnateadlikuks inimeseks, kes hoiab ja kaitseb keskkonda ning väärtustades jätkusuutlikkust, on valmis leidma lahendusi keskkonna- ja inimarengu küsimustele.

Inimeseõpetuses käsitletakse asjade väärtust ja hinda, asjade väärtust teiste väärtuste seas, vastutust enda ja teiste asjade hoidmise eest, oma kulutuste planeerimist, tervislikku elukeskkonda, tervist heaolu tagajana. Õpetatakse tegema teadlikke valikuid ümbritseva keskkonna hoidmiseks (jäätmemajandus, taaskasutus jms).

Kodanikualgatus ja ettevõtlikkus

Taotletakse õpilase kujunemist aktiivseks ning vastutustundlikuks kogukonna- ja ühiskonnaliikmeks, kes mõistab ühiskonna toimimise põhimõtteid ja mehhanisme ning kodanikualgatuse tähtsust, tunneb end ühiskonnaliikmena ning toetub oma tegevuses riigi kultuurilistele traditsioonidele ja arengusuundadele.

Inimeseõpetuses käsitletakse Eesti rahvuslikku ja riiklikku sümbolikat, lapse õigusi ja kohustusi, vaba aja veetmist, meeskonnatööd ja tööjaotust, arendatakse sotsiaalseid oskusi: enda vajaduste mõistmine ja nende väljendamine, abi küsimine, oma järjekorra ootamine, otsuste vastuvõtmine ja probleemidele lahenduste leidmine, tagajärgedega arvestamine, vastutuse võtmine. Tutvustatakse Eesti haldusüksusi, Eesti maksusüsteemi, tegeletakse raha mõiste ja rahakasutusega.

Kultuuriline identiteet

Taotletakse õpilase kujunemist kultuuriteadlikuks inimeseks, kes mõistab kultuuri osa inimeste mõtte- ja käitumislaidi kujundajana ning kultuuride muutumist ajaloo vältel, kellel on ettekujutus kultuuride mitmekesisusest ja kultuuriga määratud elupraktikate eripärast ning kes väärtustab omakultuuri ja kultuurilist mitmekesisust ning on kultuuriliselt salliv ja koostööaldis.

Inimeseõpetuses käsitletakse kodu ja kodukandi traditsioone, Eesti rahvuslikku ja riiklikku sümbolikat, eesti rahvakommete tundmist, erinevate rahvaste tavasid ja kombeid, erinevuste ja mitmekesisuste väärtustamist. Kujundatakse kodumaad väärtustav hoiak.

Teabekeskkond

Taotletakse õpilase kujunemist teabeteadlikuks inimeseks, kes tajub ja teadvustab ümbritsevat teabekeskkonda, suudab seda kriitiliselt analüüsida ning toimida selles oma eesmärkide ja ühiskonnas omaksvõetud kommunikatsioonieetika järgi.

Inimeseõpetuses tutvustatakse erinevaid teabeallikaid ja nende kasutamist, analüüsitakse reklaamide mõju meie igapäevaste otsuste langetamisele. Õpetatakse vajaliku info eristamist ebaolulisest, abi otsimist erinevatest teabeallikatest (nt vaimse tervise infoportaalid, infovoldikud).

Tehnoloogia ja innovatsioon

Taotletakse õpilase kujunemist uuendusaltiks ja nüüdisaegseid tehnoloogiaid eesmärgipäraselt kasutada oskavaks inimeseks, kes tuleb toime kiiresti muutuvast tehnoloogilises elu-, õpi- ja töökeskkonnas.

Inimeseõpetuses harjutatakse IKT vahendite kasutamist, sotsiaalmeedias suhtlemist ja ohtude teadvustamist.

Tervis ja ohutus

Taotletakse õpilase kujunemist vaimselt, emotsionaalselt, sotsiaalselt ja füüsiliselt terveks ühiskonnaliikmeks, kes on võimeline järgima tervislikku eluviisi, käituma turvaliselt ning kaasa aitama tervist edendava turvalise keskkonna kujundamisele.

Inimeseõpetuses käsitletakse tervist ja tervise eest hoolitsemise viise, tervisenäitajaid, tervist mõjutavaid tegureid, lihtsamaid esmaabi võtteid ning ohuolukordades abi kutsumist. Õpetatakse märkama emotsioone, vaimse ja füüsilise tervise seisundit, hindama ohtusid. Õpetatakse vältima ennastkahjustavat käitumist. Tutvustatakse liiklusreegleid ning harjutatakse

turvalist liikluskäitumist. Õpetatakse hindama ohtusid: vee-, liiklus- ja tuleohutus, sõltuvust tekitavad ained (tubakas, alkohol, uimastid), nutisõltuvus.

Väärtused ja kõlblus

Taotletakse õpilase kujunemist kõlbeliselt arenenud inimeseks, kes tunneb ühiskonnas üldtunnustatud väärtusi ja kõlbluspõhimõtteid, järgib neid koolis ja väljaspool kooli, ei jää ükskõikseks, kui neid eiratakse, ning sekkub vajaduse korral oma võimaluste piires.

Inimeseõpetuses õpetatakse nägema iga inimest väärtuslikuna, harjutatakse viisakat käitumist, kujundatakse abivalmidust ja kohusetunnet, ausust, õiglust, erinevuste sallimist, vägivallatust ja vastutustunnet. Toetatakse endasse uskumist, enesehinnangut, enesekontrolli, oma väärtuste selgitamist, sallivust, hoolivust, usaldust, empaatiat ning positiivset mõtlemist. Käsitletakse kodumaad, kodu ja perekonda väärtusena.

1.4. Ainevaldkondlikud hindamise erisused, õppekorralduse ja õppekeskkonna erisused

1. Hindamisel arvestatakse õpilase individuaalsete võimetega. Esitatakse lisaküsimusi, selgitatakse küsimused lahti, sõnastatakse küsimused ümber.
2. Õpilased, kellele on määratud IÕK, hinnatakse IÕK alusel. Vajadusel kohandatakse õppematerjale vastavalt õpilase võimetele.
3. Arutlevate ja jutustavate teemade puhul arvestatakse arvamuse avaldamist ja selle põhjendamist, hinnatakse vastavalt kooliastmele sõnaliselt või mitteeristavalt, vastavalt kooli hindamisjuhendile.
4. Õpe korraldatakse vastavalt vajadusele, kaasates abiõpetaja, kasutades õpilaste eraldamist ruumis, õpetades väiksemates gruppides või ühele õpilase mõeldud õppena.
5. Õpilasele võimaldatakse kasutada ülesannete tegemiseks lisa-aega.

.

2. Õppeaine kirjeldus ja eesmärgid

2.1. Õppeaine kirjeldus – inimeseõpetus.

Inimeseõpetus keskendub inimese sotsiaalsele arengule, pakkudes kahte peamist funktsiooni: sotsialiseerumist ja individualiseerumist. Ainetundide ülesehitus toetab õpilase terviklikku arengut, hõlmates füüsilist, vaimset, sotsiaalset, emotsionaalset ja moraalsset arengut. Õpetamisel kasutatakse peamiselt õppija aktiivsust suurendavaid meetodeid. I ja II kooliastmes kasutatakse mängulisi elemente ja õppemänge, mis aitavad kindlustada teadmisi ja oskusi. Töö käigus, sealhulgas rollimängudes, arendatakse oskusi valida ja kasutada erinevaid suhtlemisvorme ning mitteverbaalseid väljendusviise nagu miimika ja žestid. Samuti õpetatakse etiketikäitumist, turvalist ja loodussäästlikku käitumist. Vanemates klassides jätkatakse aktiivsete õppemeetodite kasutamist, nagu arutelud, rollimängud, rühmatööd, paaristööd, juhtumianalüüsid, ajurünnakud, praktilised vaatlused ja intervjuud.

2.2 Inimeseõpetuse õppe- ja kasvatusesmärgid

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 ühiskonnaeluv astu;

7) tunneb olmesuhtlemiseks vajalikke kodanikuõigusi ja -kohustusi, järgib sotsiaalseid nõudeid ja käitumisetiketti.

3. Ainekavad

3.1. I kooliaste

3.1.1 I kooliastme lõpuks taotletavad teadmised, oskused ja hoiakud

- 1) Õpilane alustab ja jätkab dialoogi, vastab küsimustele, esitab küsimusi ning nõustub või loobub kutsest vastavalt olukorrale;
- 2) teab ja püüab täita viisaka käitumise reegleid erinevates olukordades;
- 3) hindab õppeprotsessis nii enda kui ka kaaslaste igapäevast käitumist, eristades õigeid ja valesid tegusid ning väljendades oma eelistusi;
- 4) tunneb ära ja nimetab kaaslaste emotsioone näoilme ja hääletooni järgi;
- 5) nimetab, milles ta on teistega sarnane ja milles erineb, ning tunneb ära oma keha erinevaid osi;
- 6) räägib õpetaja juhendamisel ja abivahendite toel tervisliku eluviisi põhimõtetest nagu liikumine, toitumine, puhkus ja enese eest hoolitsemine;
- 7) hoolitseb oma hügieeni eest, järgides puhtuse ja korra reegleid;
- 8) teab, mis on perekond, kodu, kodukoht ja kodumaa ning tunneb ära Eesti riigi sümboleid;
- 9) liigub ohutult kooliteel ja oskab paluda abi õnnetusjuhtumi korral.

3.1.2. I kooliastme õpitulemused

- 1) alustab ja jätkab dialoogi (vastab küsimusele, esitab küsimusi, nõustub või loobub kutsest);
- 2) teab viisaka käitumise reegleid, püüab neid täita;
- 3) hindab õpituatsioonis enda ja kaaslaste igapäevast käitumist (õige/vale, meeldib / ei meeldi);
- 4) tunneb ära ja nimetab näoilme ja hääletooni järgi kaaslaste 4–6 emotsiooni;
- 5) nimetab, mille poolest ta teistega sarnaneb ja mille poolest teistest erineb, teab oma keha osasid;
- 6) räägib õpetaja suunamisel ja abivahendite toel tervisliku eluviisi põhimõtetest: liikumine, toitumine, puhkus ja enese eest hoolitsemine;

- 7) hoolitseb oma hügieeni eest, hoiab puhtust ja korda;
- 8) teab, mis on perekond, kodu, kodukoht ja kodumaa, ning Eesti riigi sümboleid;
- 9) liikleb ohutult kooliteel ning palub abi õnnetusjuhtumi korral.

3.1.3. Õpitulemused ja õppesisu klassiti

1. klass

Õpitulemused	Õppesisu
MINA JA MEIE	
1) Tutvustab ennast, nimetades oma nime, kooli, klassi, kodu asukoha, õdede- vendade ja vanemate nimed; 2) nimetab küsimuste abil oma lemmiktegevusi; 3) osaleb ühistes (õppe)mängudes ja järgib meeldetuletamisel mängureegleid; 4) vastab dialoogi repliigile, alustab dialoogi oma soovide ja vajaduste väljendamiseks; 5) tunneb ära kaaslaste tegevuses ning õppesituatsioonis õige ja vale käitumise.	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. Peo-, töö-, spordiriietus (riietusesemed, riietuse sobitamine situatsiooniga).
MINA JA TURVALISUS	
1) Teab, kuidas ohutult sõiduteed ületada, ja käitub vastavalt;	Sõidutee ohutu ületamine (valgusfoor, ülekäigurada, maantee ületamine).

2) tunneb ära kaaslaste tegevuses ning õppesituatsioonis õige ja vale käitumise; 3) teeb vahet endale ja teistele kuuluvate asjade vahel.	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.
KODU JA PERE	
1) Tutvustab ennast, nimetades oma nime, kooli, klassi, kodu asukoha, õdede- vendade ja vanemate nimed; 2) teab, et elab Eestis; 3) teab Eesti lipu värve nende õiges järjestuses.	Pereliikmed (vanemad, õed-vennad, vanavanemad), nende nimed. Pereliikmete kodused tööd, pereliikmete abistamine, minu kohustused kodus. 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.
MINA JA TERVIS	
1) Teab oma kehaosi (pea, kael, kõht, selg, käed, jalad, juuksed ja nägu); 2) järgib õpetaja meeldetuletusel hügieeninõudeid igapäevaste tegevuste käigus (käte pesemine, taskuräti kasutamine jms);	Kehaosad ja nende pesemine, küünte eest hoolitsemine. Hammaste pesemine. Tualeti kasutamine. Toitumine (toidud: supp, praad jne, toidunõud). Käitumine söögilauas: toidu palumine, tänamine.

3) märkab õpetaja suunamisel ümbritsevate esemete välimust, esemete ja ruumide puhtust ning korrashoidu; korrastab õpetaja juhendamisel oma töölauda ja lähiümbrust.	
MINA JA AEG	
Nimetab nädalapäevi, ööpäeva osasid ja aastaagu õiges järjestuses.	Nädal (töö- ja puhkepäevad;eile,täna,homme). Ööpäeva osad (hommik, päev, õhtu, öö). Aasta (aastaajad: laste tegevused, riietus, ohud jalakäijatele liikluses).
MINA JA ASJAD	
1) Teeb vahet endale ja teistele kuuluvate asjade vahel; 2) märkab õpetaja suunamisel ümbritsevate esemete välimust, esemete ja ruumide puhtust ning korrashoidu; korrastab õpetaja juhendamisel oma töölauda ja lähiümbrust.	Minu oma, kaaslase oma (enda ja kaaslaste, sh õpetaja asjade kuuluvuse eristamine), asjade palumine kasutamiseks. Ausus asjade jagamisel. Koristustööd ja –vahendid klassiruumis ning kodus.

2. klass

Õpitulemused	Õppesisu
MINA JA MEIE	
1) Tavasituatsioonides suhtlemisel tervitab, palub, tänab, vabandab; 2) alustab ja jätkab dialoogi tuttavates situatsioonides; 3) teab oma ees- ja perekonnanime, vanust ning sünnipäeva; 4) kutsub õpetaja suunamisel kaaslasti tuttavat (õppe)mängu mängima, jagab mänguasju; 5) kirjeldab tegevusi, mis talle rõõmu pakuvad; 6) hindab õpetaja abiga kaaslaste igapäevast käitumist skaalal õige/vale, meeldib/ei meeldi; 7) tunneb ära ja nimetab näoilmele ja hääletoonile vastava emotsiooni (4 erinevat); 8) tunneb ära situatsiooni, kus kellelegi tehakse liiga; 9) teab oma vanemate ja koolitöötajate ameteid.	Tervitamine: erinevad tervitusväljendid; eakaaslaste ja täiskasvanute tervitamine. Enesetutvustamine ja tutvumine kaaslastega dialoogis (vanus, sünnipäev). Kaaslase 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.

MINA JA LIIKLUS	
Teab sagedasemaid ohtusid kooliteel liiklemisel.	Individuaalsed ja üldkasutatavad transpordivahendid kodu ja kooli vahel liiklemiseks. Käitumine liiklusvahendites. Liiklusõnnetused jalakäijatega (sõidutee valesti ületamine, seisva liiklusvahendi varjust väljumine, liiklemine talvisel teel) ja juhtumist teatamine lähimale täiskasvanule.
MINA JA PERE	
1) Teab oma kodust aadressi, nimetab oma kodukoha; 2) nimetab oma lähisugulasi; 3) teab võimalusi, kuidas abistada pereliikmeid kodustes töödes.	Minu kodu (ruumid, sisustus), aadress. Lemmikloom kodus. Koduarmastus.
MINA JA AEG	
1) Teab oma vanust ja sünnipäeva; 2) tunneb kella täistundides.	Aastaring - kuude nimetused, aastaajad, kuupäevad; oma sünnipäeva teadmine; kella tundmine tunni täpsusega; päevakava
MINA JA KODUMAA	
Väärtustab Eestit - oma kodumaad.	Eesti Vabariigi lipp ja sellega seotud kombed, Eesti Vabariigi aastapäeva tähistamine

MINA JA TERVIS	
1) Järgib ise ja õpetaja meeldetuletusel hügieeninõudeid igapäevastes tegevustes (käte pesemine, taskuräti kasutamine jms); 2) nimetab näitvahenditele toetudes tervisele kasulikke toite; 3) käitub söögilauas viisakalt (palub, tänab, räägib vaikse häälega, hoiab puhtust).	Erinevad liikumisviisid. Liikumine talvel ja riietus. Liikumisega seotud ohud, õige-vale eristamine. Puhkus ja uni. Tegevused enne uinumist ja pärast ärkamist. Keha puhtus ja puhtad riided. Tutvumine toidupüramiidiga, toitude rühmad. Toidukorrad. Hea toit, tervislik toit. Toidunõud. Laua katmine. Söömine ja käitumine (õige-vale eristamine). Suuhügieen. Haiguse tunnused (nohu, köha, palavik, valu). Koduse ravi esmased võimalused. Ravimid, kättesaadavus lapsele. Arstiabi vajadus (helistamine, koju kutsumine, arsti külastamine).
MINA JA ASJAD	
Eristab oma, võõrast ja ühist asja ning mõistab, et võõrast asja ei tohi loata võtta.	Vanad ja uued asjad: asjad kodus, võimalus osta/mitte osta poest. Asjade hind (odav, kallis). Vana aja asjad ja vanad asjad. Muuseumid ja õppekäigud. Keskkonnasäästlikkus tarbimisel ja taaskasutusvõimalused.

MINA JA TURVALISUS	
1) Tunneb ära ja nimetab näoilmele ja hääletoonile vastava emotsiooni (4 erinevat); 2) tunneb ära situatsiooni, kus kellelegi tehakse liiga; 3) teab ohtusid võõraste inimestega suhtlemisel; 4) oskab pöörduda täiskasvanu poole abi saamiseks.	Sobiv käitumine erinevates olukordades: võõra lapse kutsumine koju, laps üksi kodus ja võõras ukse taga, võõras kutsub endaga kaasa, võõrad (tundmatud, ohtlikud) asjad. Käitumine loomadega. Käitumine erinevates olukordades- üksi jäämine suures rahvahulgas, bussist väljumine vales peatuses, eksimine metsas. Ümbruse märkamine, olulised detailid enda asukoha ja ümbruse kirjeldamisel. Helistamine täiskasvanule, enda nähtavaks tegemine metsas.

3. klass

Õpitulemused	Õppesisu
KÄITUMINE JA SUHTLEMINE	
1) Alustab ja jätkab dialoogi (küsimus – vastus, teade – küsimus, kutse koostegevusele, nõustumine, loobumine); 2) nimetab, mille poolest ta teistega sarnaneb ja mille poolest teistest erineb; 3) hindab õpituatsioonis enda ja	Välimus ja meeldivad tegevused. Erinevused ja sarnasused teistega. Iga inimene on tähtis, inimeste õigused. Näoilmed. Käitumine koduümbruses ja naabritega arvestamine, viisakusreeglid. Käitumine väljaspool kodu ja kooli.

kaaslaste igapäevast käitumist skaalal õige/vale, meeldib / ei meeldi; 4) teab erinevates kohtades ja olukordades viisaka käitumise reegleid; 5) tunneb näoilme ja hääletooni järgi ära ja nimetab kaaslaste 4–6 emotsiooni.	
MINA JA TERVIS	
1) Teab oma keha puhtuse ning välimuse eest hoolitsemise vahendeid ja vajalikkust; 2) teab terve ja haige inimese tunnuseid; märkab oma enesetunnet ning teavitab sellest kaaslast; 3) teab, et ravimeid võetakse haige olles, et ravimid võivad olla inimese tervisele ohtlikud; 4) kirjeldab tervise hoidmise viise: mitmekesine toit, uni ja puhkus, liikumine ja sport; 5) nimetab positiivseid vaba aja veetmise võimalusi.	Terve ja haige inimene, ravimid. Haiguse tunnused (nohu, köha, palavik, valu, lööbed), teavitamine halvast enesetundest. Kuidas haigusi ära hoida? Tervislik eluviis (õige toitumine, liikumine, uni).
MINA JA PEREKOND	
1) Kõneleb õpetaja suunamisel oma perekonnast: pere suurus, pereliikmete nimed, õdede-vendade vanus, vanemate tegevus;	Suurpere ja väikepere. Minu pere (pere liikmed, nende nimed, tegevused koostegemised). Erinevad perekooslused. Hoolin enda perest (kohustused, arvestamine üksteisega).

2) küsimustele toetudes räägib enda ja pere liikmete tegevusest pühade tähistamisel.	
EESTI MINU KODUMAA	
Teab, mis on tema kodukoht ja kodumaa; väärtustab Eestit – oma kodumaad; tunneb Eesti sümboleid (lipp, vapp, hümn; suitsupääsuke, rukkilill).	Eesti sümbolid: vapp, hümn; pealinn, president, naaberriigid. Eesti rahvussümbolid: rukkilill, suitsupääsuke. Pühad ja kombed (vastlapäev, kadripäev, mardipäev, advent, jõulud).
MINA JA AEG	
1) Tunneb kella täis- ja pooltundides; 2) nimetab positiivseid vaba aja veetmise võimalusi.	Aastaajad, tegevused, ohuolukorrad. Kalender (aasta, kuud, nädalapäevad, tähtpäevad). Minu päev ja kell (pool- ja täistund, tegevuste ajaline järjekord). Vaba aja sihipärane kasutamine, huviringid.
MINA JA TURVALISUS	
1) Teab ohtlikke kohti ja olukordi kooliteel ja koduümbruses ning valib ohutu tee sihtpunkti; 2) palub ohuolukorras ja õnnetusjuhtumi korral abi.	Minu koolitee, liiklus. Segavad tegevused liikluses. Ohud kooliteel. Tundmatud ained minu ümber, nendega tegutsemine. Ohtlike ainete määrgistus. Kiirabi, politsei, päästeamet. Helistan numbril 112 (abi vajadus, helistamine ja info edastamine).

3.2. II kooliaste

3.2.1. Kooliastme lõpuks taotletavad teadmised, oskused ja hoiakud

- 1) Märkab ja aktsepteerib inimeste erinevusi, sealhulgas rahvuse, välimuse, vanuse, tervise ja teiste omaduste osas;
- 2) oskab õpetaja juhendamisel leida infot erinevatest teabeallikatest, sealhulgas tekstidest ja internetist;
- 3) tunneb kella ja kalendrit ning oskab neid seostada oma igapäevaste tegevuste ja sündmustega;
- 4) mõistab oma õigusi ja kohustusi erinevates olukordades, sealhulgas suhtlemisel, käitumises ja õppetöös ning teadvustab nende tegevuste põhjusi ja tagajärgi;
- 5) analüüsib ja hindab enda ja kaaslaste käitumist ning kasutab erinevaid väljendusviise tuttavates olukordades situatsioonist lähtuvalt;
- 6) teab murdeeaga seotud muutusi ning oskab hoolitseda oma välimuse, hügieeni ja tervise eest;
- 7) teab erinevate riskikäitumistega seotud ohtusid liikluses, vees, tule kasutamisel, toitumises, uimastite tarbimisel ja internetis suhtlemisel ning oskab vajadusel abi küsida;
- 8) teab erinevaid olmejäätmete käitlemise viise koduses majapidamises ja oskab prügi sorteerida;
- 9) selgitab, milleks kasutatakse raha, ning mõistab, et tema soovide täitumine sõltub nii vajadustest kui ka pere sissetulekust.

3.2.2. II kooliastme õpitulemused

- 1) osaleb üksteise tegevust reguleerivas dialoogis (teade – teade);
- 2) nimetab ning võrdleb oma ja sõprade vaba aja tegevusi, huvisid;
- 3) analüüsib õpetaja juhendamisel situatsioonide, oma ja kaaslaste käitumise ning emotsionaalsete seisundite põhjuseid ja tagajärgi;
- 4) jälgib kaasõpilaste tegevust ja vajaduse korral abistab neid;
- 5) tunneb koolielus ära konfliktsituatsiooni ning teab, mis juhtudel on vaja sellest täiskasvanule/õpetajale teatada;
- 6) teab enda tervist tugevdavaid ja nõrgestavaid tegureid (toitumine, liikumine, uni) ja harjumusi ning nende mõju füüsilisele tervisele ja õppimisvõimele;

- 7) nimetab oma lähisugulasi ja selgitab abistavate küsimuste toel kodu ja perekonna tähtsust oma elus;
- 8) kirjeldab oma pere traditsioone;
- 9) kirjeldab ja väärtustab oma kodukohta;
- 10) tunneb kella veerandtunnise täpsusega, seostab kellaaegu oma päevakavaga;
- 11) leiab koostegevuses teavet koolistendilt ja kooli kodulehelt;
- 12) teab erinevaid ameteid; mõistab töö vajalikkust ja väärtuslikkust;
- 13) planeerib täiskasvanu abiga oma taskuraha kulutamist;
- 14) sorteerib täiskasvanu suunamisel klassis ja kodus tekkivaid olmejäätmeid;
- 15) teab ja kirjeldab turvalise käitumise viise igapäevaelus (liiklemine kooliteel, jalgrattaga sõitmine, tulekahju vältimine, käitumine veekogu juures ja metsas).

3.2.3. Õpitulemused ja õppesisu klassiti

4. klass

Õpitulemused	Õppesisu
KÄITUMINE JA SUHTLEMINE	
1) Osaleb üksteise tegevust reguleerivas dialoogis (teade – teade);	Igaühe individuaalsus ja väärtuslikkus, sooline kuuluvus. Mina ja endasse suhtumine.
2) nimetab ning võrdleb oma ja sõprade vaba aja tegevusi, huvisid;	Lapse õigused ja kohustused. Sõprade valimine ja hoidmine, ühistegevus.
3) analüüsib õpetaja juhendamisel situatsioonide, oma ja kaaslaste käitumise ning emotsionaalsete seisundite põhjuseid ja tagajärgi;	Klassiõhtu, sisukate peotegevuste valik ja planeerimine. Eakaaslaste ja täiskasvanute kõnetamine.
4) jälgib kaasõpilaste tegevust ja vajaduse korral abistab neid;	Abivalmidus klassis, abi vajamine ja küsimine, abi vastuvõtmine, abivajajate märkamine ja abi pakkumine.

5) tunneb koolielus ära konfliktsituatsiooni ning teab, mis juhtudel on vaja sellest täiskasvanule/õpetajale teatada.	Vägivaldne käitumine, tõukamine, ehmatamine, narrimine jne, võimalikud konfliktid igapäeva koolielus. Teatamine, kaebamine.
INIMENE JA TERVIS	
Teab enda tervist tugevdavaid ja nõrgestavaid tegureid (toitumine, liikumine, uni) ja harjumusi ning nende mõju füüsilisele tervisele ja õppimisvõimele.	Õppimise tervishoid, rüht, õige istumine, silmade tervishoid, puhkus, sport. Kahjulikud harjumused, liigne televiisori vaatamine ja arvuti kasutamine jms. Suitsetamine ja alkoholi tarvitamine, nende mõju füüsilisele tervisele ja õppimisvõimele. Isiklikud toitumisharjumused, mõju enesetundele. Esmased kodused ravivõtted külmetushaiguste korral. Esmaabi lihtsamate vigastuste puhul.
PEREKOND JA KODUKOHT	
1) Nimetab oma lähisugulasi ja selgitab abistavate küsimuste toel kodu ja perekonna tähtsust oma elus; 2) kirjeldab oma pere traditsioone; 3) kirjeldab ja väärtustab oma kodukohta.	Perekond ja lähisugulased. Pereliikmete lahkumine ja lein, käitumine matustel ja surnuaias. Hooned, puhtus, korrashoid. Erinevad peremudelid. Kodukoha sümbolid, lipp, vapp. Kodukoha rikkused. Transpordivahendid kodukohas tänapäeval ja minevikus. Ühistranspordi kasutamine. Muuseumid kodukohas, käitumine muuseumis. Eesti rahvuspühad ja kombed.

INIMENE JA AEG	
Tunneb kella veerandtunnise täpsusega, seostab kellaaegu oma päevakavaga.	Kellaaja määramine veerandtunnise täpsusega. Kellaajast kinnipidamine: täpsus, hiline mine, selle tagajärjed. Õpilase päevakava koostamine, õppimine, puhkus, vaba aja tegevused.
INIMENE JA TEAVE	
Leiab teavet erinevatest teabeallikatest.	Meedia ja teabeallikate kasutamine.
INIMENE JA TÖÖ. INIMENE JA ASJAD	
1) Teab erinevaid ameteid; mõistab töö vajalikkust ja väärtuslikkust; 2) planeerib täiskasvanu abiga oma taskuraha kulutamist.	Töö, selle eesmärk ja tulemus. Pereliikmete tööd, tööde jaotus, koostöö koduses majapidamises. Õpilase töö koolis, kohuse- ja vastutustunne töö tegemisel. Lapse taskuraha, selle otstarbekas kulutamine, lihtsamate ostude sooritamine. Raha kogumine. Ostud toidupoes: ostja ja müüja suhtlemine, raha kasutamine lihtsamates tehingutes.
INIMENE, SÄÄSTLIKKUS JA TURVALISUS	
1) Tunneb koolielus ära konfliktsituatsiooni ning teab, mis juhtudel on vaja sellest täiskasvanule/õpetajale teatada;	Olmejäätmel ning jäätmete käitlemine. Liiklusmärgid kodu ümbruses ja kooliteel: ülesanne, vajalikkus. Sõiduvahendiga sõitmine ja ohud.

2) sorteerib täiskasvanu suunamisel klassis ja kodus tekkivaid olmejäätmeid;	Tule- ja veeohutus.
3) teab ja kirjeldab turvalise käitumise viise igapäevaelus (liiklemine kooliteel, jalgrattaga sõitmine, tulekahju vältimine, käitumine veekogu juures ja metsas).	Käitumine looduses.

5. klass

Õpitulemused	Õppesisu
KÄITUMINE JA SUHTLEMINE	
1) Märkab ja mõistab erisusi oma ja kaaslaste tegevustes, arvamustes;	Olulisemad isikuandmed, meeldivad ja ebameeldivad tegevused; sarnasused ja erinevused võrreldes eakaaslastega.
2) osaleb eri tüüpi dialoogides (teade – küsimus – vastus jne);	Enesetutvustamine dialoogis, arvestades vestluspartneri vanust. Suhtlemine vöörastega.
3) kirjeldab oma käitumist toimunud konfliktsituatsioonis;	
4) kirjeldab ja analüüsib õpetaja suunamisel oma ja kaaslaste emotsionaalseid seisundeid ning käitumist (soovid, põhjus-tagajärg).	Igapäevased suhtlussituatsioonid kodus ja koolis, olukorra hindamine, suhtlemiseesmärkide mõistmine. Vägivaldse käitumise äratundmine, käitumine ohvri ja pealtnägijana. Abi vajaduse ja enda võimaluste hindamine abi pakkumisel.

INIMENE JA TERVIS	
1) Kirjeldab oma välimuse, hügieeni ja tervise eest hoolitsemise võimalusi, teab hoolitsematuse tagajärgi; 2) kirjeldab uimastite (alkoholi, tubaka) tarbimise mõju õppimisvõimele ja käitumisele.	Meeleelundite ülesanded, tervishoid. Erivajadustega inimesed (meeleelundite kahjustuste tagajärjel), alternatiivsed suhtlemisvahendid. Enesetunde kirjeldus dialoogis arstiga Haiguste ennetamine. Tervisesport ja liikumine, sportimisvõimalused kodukohas. Piisava une ja puhkuse vajalikkus. Valikud toitumisel. Esmaabi. Uimastid. „Ei“ ütlemine uimastitega seotud situatsioonides.
PEREKOND JA KODUKOHT	
1) Jutustab tugikava abil pühade ja rahvakommete tähistamisest oma perekonnas; teab erinevaid rahvuskombeid; 2) mõistab, et tema soovide täitumine sõltub vajadustest ja pere sissetulekust.	Levinumad tegevusvaldkonnad, ametid. Kodukoha rahvariided, rahvariiede kandmine tänapäeval ja minevikus. Kodukoha ja peretraditsioonid. Pühad ja kombed.
INIMENE JA AEG	
1) Mõistab oma kohustusi ja vastutust seoses õppetööga.	Aja määramine minutilise täpsusega, kellaaja määramine (toetudes ööpäeva osadele). Päeva ja nädala ajakava.
INIMENE JA TEAVE	
1) Otsib õpetaja juhendamisel teavet teatmeteostest või internetist; 2) teab, kuidas suhelda sotsiaalmeedias;	Meediakanalite nimetamine, õpilasele suunatud reklaamide analüüsimine ja teabeallikate juhendatud kasutamine.

3) teadvustab reklaamide eesmäärke.	Infootsing. Teabeallikate kasutamine. Reklaam. Reklaamide sisu ja eesmärk.
INIMENE JA TÖÖ. INIMENE JA ASJAD	
1) Mõistab, et tema soovide täitumine sõltub vajadustest ja pere sissetulekust.	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.
INIMENE, SÄÄSTLIKKUS JA TURVALISUS	
1) Kirjeldab oma käitumist toimunud konfliktsituatsioonis; 2) kirjeldab vee ja elektri säästliku tarbimise võimalusi kodus ning koolis; 3) nimetab olmejäätmete käitlemise viise koduses majapidamises; 4) kirjeldab ja teadvustab pürotehnika jt ohtlike ainete väärkasutusega kaasnevaid tagajärgi.	Vee ja elektri säästlik tarbimine koolis ja kodus. Olmejäätmete (tava-, taaskasutatavad, ohtlikud jäätmed) käitlemine koduses majapidamises (prügi sorteerimine ja ärapaigutamine, kogumispunktid, jäätmete kompostimine). Ohutu käitumine. Liiklusõnnetuste peamised põhjused, liiklusõnnetusest teatamine ja abi kutsumine. Pürotehnika (ost-müük alaealistele,

	kasutamine). Pommiähvarduse tegemisega kaasnevad ohud ja tagajärjed, käitumine
--	--

6. klass

Õpitulemused	Õpisisu
SUHTLEMINE EAKAASLASTE JA TÄISKASVANUTEGA	
1) Märkab ja jätab suhtlemisel meelde kaaslaste seisukohti, eristab kohast ja kohatud käitumist/suhtlemist; 2) analüüsib ja hindab õpetaja suunamisel enda ja kaaslaste emotsionaalseid seisundeid ja käitumist (käitumise eesmärk, põhjus–tagajärg suhe); 3) kasutab tuttavates olukordades suhtlemissituatsioonist, -partnerist ja -eesmärgist lähtuvalt erinevaid väljendusviise; 4) mõistab vabandamist kui oma süüst/eksimusest arusaamist ja kahetsemist.	Suhtlemine, pinged-konfliktid, arusaamatused, nende vältimine ja lahendamine. Valetamine, hädavale, süüteo ülestunnistamine, vabandamine. Iseseisvumine. Suhtlemine sotsiaalsõrgustikes, enda kohta edastatava infoga seotud turvalisus ja ohud.
MINA ISE	
1) Kirjeldab ja hindab plaanile toetudes oma huvisid ja toimetulekut koolis (õnnestumised, raskused jms).	Minapilt, minu võimed ja oskused, huvitegevus. Õppimine. Inimeste sarnasused ja erinevused. Enesehinnang.

INIMESE TERVIS	
1) Teab inimese organismi üldist ülesehitust, tunneb joonisel inimfiguuris ära elutähtsad organid; 2) nimetab ebatervisliku toitumise võimalikke tagajärgi, oskab valida erinevate toitude hulgast tervisele; kasulikke; 3) kirjeldab uimastite mõju organismile ja käitumisele.	Inimese anatoomia, elutähtsad organid ja nende funktsioonid. Toidu- ja toitained. Toiduainete pakendiinfo. Kiirtoit. Üle- ja alatoitumine selle mõju tervisele. Esmaabi (toidu- jms) mürgituse, looma- ja putukahammustuse korral. Uimastite mõju organismile, käitumisele. Energiajoogid.
INIMESE ARENG	
Teab murdeeaga seotud muutusi inimese kehas ja käitumises, mõistab arengu individuaalsust.	Murdeiga, muutused tüdrukute ja poiste organismis ja käitumises. Erinev arengutempo ja muutuste aktsepteerimine. Hügieen. Ravikosmeetika vajadus ja kasutamine.
INIMESE VÄLIMUS	
Hoolitseb oma välimuse eest ja valib olukorrale vastavad rõivad.	Riietumine, riiete ja jalanõude puhtuskorrashoid. Hügieen, enese eest hoolitsemine.
INIMENE JA KODU	
1) Koostab õpetaja juhendamisel	Suurpuhastus kodus, tööde järjekord,

kodu korrashoiuga seotud tegevuste plaani (tööde järjekord, vahendid, tööjaotus).	jagamine pereliikmetega, koristus vahendid. Külaskäik ja külaliste vastuvõtmine .
INIMENE JA TEAVE	
1) Hangib õpetaja juhendamisel teavet kaaslastelt (küsimuste esitamine) ja eriliigilistest tekstidest (internet, meedia, teatmeteosed, sõiduplaanid); 2) oskab kasutada kodukoha ühistranspordi sõiduplaane; 3) mõistab telefoni ja meedia (sh arvutimängud, sotsiaalmeedia, televisioon jmt) otstarbeka kasutamise vajalikkust ning teab võimalikke riske.	Teatmeteosed, internet. Kodukoha tuntumate paikade ja inimeste kohta lühiinfo hankimine ja edastamine koostegevuses. Transport kodukohas ja selle ümbruses, orienteerumine sõiduplaanides. Telefoni ja meedia otstarbeka kasutamise vajalikkus, võimalikud riskid.
INIMENE, SÄÄSTLIKKUS JA TURVALISUS	
1) Teab kodukeemia ja ravimite väärkasutuse tagajärgi ja selle ennetamise võimalusi; 2) kirjeldab peamisi tule- ja veeohutuse nõudeid ning käitumisstrateegiaid vastavate õnnetusjuhtumite korral.	Kodukeemia kasutamine, piktogrammide pakendil, kodukeemia väärkasutuse võimalikud tagajärjed. Tulekahju tekkimise ohud koduses majapidamises. Esmaste tulekustutusvahendite kasutamine. Ohutusnõuded ujumisel ja veesõidukite kasutamisel, päästevahendite kasutamine.

3.3. III kooliaste

3.3.1. Kooliastme lõpuks taotletavad teadmised, oskused ja hoiakud

- 1) Õpilane mõistab ühiselu reegleid ja normatiive, suhtleb erinevates olukordades adekvaatselt, reageerib sobimatule käitumisele enda ja teiste suhtes;
- 2) väärtustab viisakat ja austavat suhtlemist;
- 3) teab erinevaid peremudeleid ja pereliikmete rolle; mõistab lapse saamisega seotud vastutust;
- 4) väärtustab ja hoiab turvalisi lähisuhteid;
- 5) hindab perekonna ja lähedaste olulisust, arvestab pereliikmete vastastikuseid kohustusi ja õigusi;
- 6) mõistab seksuaalsuse olemust ja seksuaalse arengu individuaalsust; teab turvalise seksuaalkäitumise põhimõtteid ja oma vastutust selles;
- 7) oskab teha teadlikke ja turvalisi seksuaalkäitumise valikuid ning austada enda ja teiste seksuaalseid piire ja valikuid;
- 8) teab oma tugevaid ja nõrku külgi;
- 9) oskab otsida ja küsida infot erinevatest teabeallikatest
- 10) on avatud enesearengule ja elukestvale õppele;
- 11) teab, kuidas korraldada kodust ja tööelu, sh eluaseme soetamine, raha teenimine ja kulutamise planeerimine ning lepingutega seotud kohustused ja õigused;
- 12) suudab praktiliselt rakendada teadmisi koduse ja tööelu korraldamisel;
- 13) väärtustab iseseisvat ja vastutustundlikku eluviisi;
- 14) mõistab riskikäitumisega kaasnevaid ohtusid (liiklus, vesi, nutivahendite kasutamine, toitumine, uimastid).
- 15) oskab ohuolukorras adekvaatselt reageerida;
- 16) väldib teadlikult riskikäitumist ja hindab turvalisust;
- 17) teab riigi toimimise üldisi põhimõtteid, sealhulgas tervishoiusüsteemi ja maksude suhtes;
- 18) tunneb end Eesti kodanikuna ja teab oma õigusi ja kohustusi;
- 19) hindab ja austab oma kodakondsust ning riigi toimimist.

3.3.2 III kooliastme õpitulemused

- 1) mõistab ühiselu reegleid; suhtleb tavaolukorras vastavalt olukorrale ning reageerib adekvaatselt kohatule käitumisele enda ja teiste suhtes;
- 2) väärtustab turvalisi lähisuhteid; teab peremudeleid ja kirjeldab pereliikmete rolli perekonnas; mõistab lapse saamisega seotud vastutust;
- 3) mõistab seksuaalsuse olemust ja seksuaalse arengu individuaalsust; teab turvalise seksuaalkäitumise põhimõtteid ja oma vastutust selles;
- 4) teab oma tugevaid ja nõrku külgi; otsib erinevatest teabeallikatest võimetekohaseid jätkuõppevõimalusi ja teeb enda jaoks optimaalseid valikuid;
- 5) teab, kuidas kodust ja tööelu korraldada (eluaseme soetamine, raha teenimine ja kulutamise planeerimine; lepingutega seotud kohustused ja õigused);
- 6) mõistab riskikäitumisega kaasnevaid ohtusid (liiklus, vesi, nutivahendite kasutamine, toitumine, uimastid), oskab ohuolukorras reageerida;
- 7) oskab küsida teavet ning kasutada erinevaid teabeallikaid (sh nõustamis- ja kriisiabi leidmiseks);
- 8) teab riigi toimimise üldisi põhimõtteid (sh tervishoiusüsteemi, maksude suhtes); tunneb end Eesti kodanikuna.

3.3.3. Õpitulemused ja õppesisu klassiti

7. klass

Õpitulemused	Õppesisu
MINA ISE	
1) Teadvustab oma positiivseid ja negatiivseid iseloomujooni (3–4), oskab õpetaja suunamisel	Mina-pilt: positiivsed ja negatiivsed iseloomuomadused, sarnasused ja

nimetada negatiivsete omaduste parandamise võimalusi; 2) teadvustab oma positiivseid ja negatiivseid iseloomujooni (3–4), oskab õpetaja suunamisel nimetada negatiivsete omaduste parandamise võimalusi; 3) kirjeldab ja hindab plaani abil oma ja kaaslaste emotsionaalseid seisundeid ningkäitumist (motiivid, tingimused, tulemused; reageerimine (eba)õnnestumisele jms).	erinevused kaaslastega; negatiivsete omaduste parendamisvõimalused. Enesehinnang (erineva enesehinnanguga inimeste käitumine, minu ja kaaslaste reageeringud kiitusele, laituksle, õnnestumisele, ebaõnnestumistele jms; hinnangud reageeringutele, käitumisele; võimalikud lahendused).
SUHTLEMINE EAKAASLASTE JA TÄISKASVANUTEGA	
1) Selgitab ja kaitseb õpetaja suunamisel oma seisukohti, mõistab suhtluspartnerite seisukohtade võimalikku sarnasust ja erinevust, oskab reageerida kohatule käitumisele; 2) kirjeldab ja hindab plaani abil oma ja kaaslaste emotsionaalseid seisundeid ning käitumist (motiivid, tingimused, tulemused; reageerimine (eba)õnnestumisele jms); 3) järgib viisakusreegleid, teeb kaaslastele ettepanekuid, vastab nii positiivsetele kui ka negatiivsetele ettepanekutele situatsioonile vastavaid moraalinorme ja käitumisreegleid arvestades;	Suhtlussituatsioonide kirjeldamine oma ja teise positsioonilt; suhtluspartneri soovide, kavatsuste variatiivsed väljendusviisid; hinnang suhtluspartnerite käitumisele (motiivid, tingimused, tulemused); eriarvamused (oma seisukohtade selgitamine ja kaitsmine, nõustumine kaaslasearvamusega); konfliktide lahendamise võimalused. Suhtlussituatsioonid ja -strateegiad: agressiivne ennastkehtestav ja alistuv käitumine; süüdistamine, kriitika; iroonia, must huumor. Arusaamatused ja konfliktid kodus, sõprade vahel. Iseloomujooned ja

4) väärtustab (lähi)suhetes sallivust, hoolivust, abistamist ja lugupidamist; 5) koostab oma tegevuste kohta nädalaplaani (tegevuste ajaline järjekord, oma soovide ja võimalustega arvestamine).	käitumine, mida sõprades, sh vastassugupooles hinnatakse. Noormehe ja neiu omavaheline suhtlemine (kaaslane kinos, teatris, peol: kutsumine, nõustumine ja keeldumine, alternatiivsete ettepanekute esitamine, kaaslasega arvestamine jne).
SEKSUAALSUS JA LÄHEDUS	
1) Mõistab seksuaalsuse olemust ja seksuaalse arengu individuaalsust; teab, kust leida infot noorte nõustamisteenuste kohta; 2) väärtustab (lähi)suhetes sallivust, hoolivust, abistamist ja lugupidamist; 3) oskab endale ja teistele ohtlikes situatsioonides ütelda „ei“ ning vajaduse korral abi kutsuda; demonstreerib õpitu situatsioonis hädaabi numbrile helistades olulise teabe andmist.	Armumine. 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. Kutse esitamine ning ebameeldivale kutsele vastamine.
MINU TERVIS	
1) Kirjeldab, kuidas hoolitseda oma tervise eest (toitumine, kehaline aktiivsus, puhkamine,	Minu toiduvalik ja seda mõjutavad tegurid, mitmekesise toidu tähtsus.

tervist kahjustavate tegevuste vältimine, arstiabi); 2) oskab endale ja teistele ohtlikes situatsioonides ütelda „ei“ ning vajaduse korral abi kutsuda; demonstreerib õpituatsioonis hädaabi numbrile helistades olulise teabe andmist; 3) hangib õpetaja juhendamisel teavet teistelt inimestelt ning erinevatest infoallikatest; edastab kaaslastele teavet (abiks kavapunktid);	Kehaline aktiivsus tervise tugevdajana (kehalise aktiivsuse vormid, võimalused koolis, kodukohas). Arsti (kiirabi, perearsti, hambaarsti) poole pöördumine (registratuur, vestlus vastuvõtul, konsultatsioon telefoni teel). Tuntumad ravimtaimed (korjamine, säilitamine, apteegist ostmine; kasutamine). Enamlevinud nakkushaigused, nende levimise viisid, HIV ja AIDS. Esmaabi mao- ja puugi hammustuse korral. Uimastite tarbimise enamlevinud põhjused noorte hulgas. Käitumine uimastitega seotud olukordades, abi kutsumine.
TÖÖ JA RAHA	
1) Mõistab ja oskab kirjeldada töö tähtsust (tulemus, eesmärk, tingimused); 2) oskab nimetada oma pere olulisemaid sissetuleku- ja kuluallikaid.	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).

ARUKAS TARBIMINE	
Teab jäätmete individuaalseid ja ühiskondlikke käitlemisvõimalusi ja -viise; oskab jäätmeid sorteerida.	Jäätmekäitlus maal ja linnas (era- ja kortermajad; prügilad). Prügi käitlemist reguleerivad piktogrammide pakenditel. Reklaampakkumised, nõustumine, keeldumine.
TEAVE JA INFOVAHETUS	
1) Nimetab sidepidamise viise tänapäeval ja minevikus, kasutab otstarbekalt tänapäevaseid sideteenuseid (e-kirjavahetus, telefon, internet, sotsiaalmeedia); oskab kirjutada e-kirja; 2) teadvustab internetisuhtluses valitsevaid ohte ning mõistab, millist informatsiooni enda ja teiste kohta on sobilik ja turvaline avaldada; 3) oskab endale ja teistele ohtlikes situatsioonides ütelda „ei“ ning vajaduse korral abi kutsuda; demonstreerib õpitu situatsioonis hädaabi numbrile helistades olulise teabe andmist.	Isikut tõendav dokument (ID-kaart, pass), selle muretsemine 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; tähtitud kiri; e-kiri, e-kaart; kirjavahetus tänapäeval ja minevikus). Telefon (telefoniraamatu kasutamine; infotelefon; sidepidamine tänapäeval ja minevikus). Hädaabi kutsumine erinevate õnnetusjuhtumite korral. Juhtumid, kus tuleb pöörduda politseisse.
KODU JA KODUKOHT	
1) Koostab oma tegevuste kohta nädalaplaani (tegevuste ajaline järjekord, oma soovide ja võimalustega arvestamine);	Eestimaal elavad teised rahvused; kultuurilise mitmekesisuse rikastav roll, sallivus teiste rahvuste ja kultuuride suhtes. Oma toa plaan, toa sisustamine ja korrashoid. Kodu kaunistamine

2) hangib õpetaja juhendamisel teavet teistelt inimestelt ning erinevatest infoallikatest; edastab kaaslastele teavet (abiks kavapunktid);	tähtpäevadeks. Vaba aja ja tegevuste planeerimine. Matk, ekskursioon kodukohas, koduümbruses ja selle planeerimine. Peo praktiline planeerimine sünnipäeva ja klassiõhtu näitel. Reisimine, erinevad transpordivahendid, hääletamisel (eelised võrreldes ühistranspordiga, riskid).
--	---

8. klass

Õpitulemused	Õppesisu
KÄITUMINE RÜHMAS	
1) Arvestab ühistegevuses suhtluspartnerite erinevate (sh vastandlike) arvamustega; 2) annab hinnangu oma ja kaaslaste käitumisviiside kohasusele situatsioonis; pakub õpituatsioonis lahendusi; 3) teab rühma mõju inimese käitumisele ja demonstreerib õpituatsioonis oskust keelduda tegevusest, mis kahjustab teda ennast ja teisi.	Erinevad rühmad ja rollid. Reeglid ja normid rühmas. Inimsuhteid toetavad reeglid ja normid. Rühma kuulumine, selle positiivsed ja negatiivsed küljed. Hoolivusrühmas. Rühma surve ja toimetulek sellega. Sõltumatus, selle olemus. Autoriteet.

LÄHISUHTED JA PEREKOND	
1) Väärtustab lähisuhteid, oskab kontakti luua ning teab, kuidas suhteid hoida; tunneb ära lähisuhtevägivalla; 2) teab turvalise seksuaalkäitumise põhimõtteid (sh rasedusest hoidumine) ja mõistab seksuaalelu alustamisega seotud vastutust; eristab lubatud ja lubamatut seksuaalkäitumist; 3) nimetab oma emotsioone ja teab erinevaid võimalusi emotsioonide reguleerimiseks.	Noormehe ja neiu omavaheline suhtlemine. Ajutised ja püsivad suhted, suhte loomine ja hoidmine, vastastikune usaldus, suhet kahjustavad faktorid, lahkuminek. Seksuaalsuse olemus ja arenguindividuaalsus, seksuaalvähemused. Sobiv ja lubamatu seksuaalkäitumine, soovimatu raseduse vältimine; sugulisel teel levivad haigused. Lapsevanemaks saamine: füüsiline ja sotsiaalne küpsus. Erinevad peremudelid, pereliikmete roll perekonnas (vrld minevikuga), kohustused ja vastutus.
TERVISE HOIDMINE	
1) Kirjeldab peamisi tervist tugevdavaid ja toetavaid tegureid; teab ja oskab igapäevaelus teha tervislikke valikuid seoses oma füüsilise, vaimse ja sotsiaalse tervisega; 2) teab tervisliku toitumise, kehalise aktiivsuse ja unerežiimi põhimõtteid ning mõistab nende rakendamise olulisust igapäevaelus; 3) kirjeldab oma tervislikku seisundit, oskab pöörduda abi saamiseks arsti poole (registreerimine vastuvõtule, kojukutse, hädaabi);	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. Inimese elukaar ja selle perioodid. Arstiabi kodukohas (lähinaabruses): meditsiinasutused ja nende otstarve; perearst ja eriarstid, kojukutse telefoni teel.

4) teab, mida tähendab ravikindlustus ning oskab nimetada tervishoiuteenuseid; 5) teab ja leiab olulisi infoallikaid tervise teabe, nõustamis- ja kriisiabi võimaluste kohta kodukohas või selle lähiümbruses; teab, millal ja kuidas pöörduda õiguskaitseorganite poole.	Tervishoiu ja sotsiaalsüsteem Eestis. Koduapteek (sisu, kasutamine, ravimipakendi teabeleht). Esmaabi. Väsimus, stress, depressioon (tundemärgid, nõustamis- ja kriisiabi). Tervisealased infoallikad, nende kasutamine ja usaldusvärsus. Kaitsesüstimine.
RISKIKÄITUMINE	
1) Teab ja leiab olulisi infoallikaid tervise teabe, nõustamis- ja kriisiabi võimaluste kohta kodukohas või selle lähiümbruses; teab, millal ja kuidas pöörduda õiguskaitseorganite poole; 2) mõistab riskikäitumisega kaasnevaid ohtusid liikluses, vees, toitumisel, nutivahendite kasutamisel, uimastite omamisel ja tarbimisel.	Toimetulek vägivallaga Kuriteo ohvriks langemine, pöördumine õiguskaitseorganite poole. Seksuaalvägivald, valehäbi, ohvriabi. Uimastid ja kuritegevus; uimastitega seotud seaduste põhipunktid. Uimastite tarvitamisega seotud tervise-, sotsiaalsed ja juriidilised riskid; sõltuvuse kujunemine. Käitumine uimastitega seotud situatsioonides, esmaabi.
INIMENE JA VÄLIMUS	
Hoolitseb oma riide eest ja valib olukorrale sobiva riietuse; teab riide hooldusmärkide tähendusi.	Eakohane igapäevane ja pidulik riietus, aksessuaarid (nt koolilõpupidu); taaskasutus. Rõivaste ja jalatsite hooldus: hooldusmärgid.
INIMENE JA TEAVE	
Teab ja leiab olulisi infoallikaid.	Kohalik ajaleht. Eestis ilmuvad ajalehed ja ajakirjad; ajakirjanduse tellimine. Uudisteportaalid internetis, usaldusväärsed allikad.

INIMENE JA ASJAD	
Teab erinevaid panga- ja e-teenuseid ning vastavaid veebikeskkondi.	Arve avamine pangas; hoiuse igapäevane kasutamine, maksete tasumise võimalused, täpsus. Igapäevaste ostukohtade valik, kulude planeerimine päevaks, nädalaks, ostutoimingud. Avalikud toitlustuskohad, menüü, arve, käitumisetikett. Kataloogikaubandus.
EDASIÕPPIMISE VÕIMALUSED	
1) Teadvustab oma võimete, teadmiste ja oskuste tugevaid ja nõrku külgi; 2) teab sobiva elukutse omandamise võimalusi.	Eneseanalüüs (töölased huvid, võimed, oskused, isiksuseomadused). Jätkuõppevõimalused.

9. klass

Õpitulemused	Õppesisu
LÄHISUHTED	
1) Valib suhtlemisviisi vastavalt olukorrale ja kasutab asjakohaseid suhtlemise osaoskusi (kuulab vestluspartnerit, esitab küsimusi, selgitab oma seisukohti, otsib lahendust erimeelsustele, tunnistab oma eksimusi);	Lähisuhted, suhete alustamine ja hoidmine, vastutus ja austus. Kooselu, abiellumine ja pere loomine. Raseduse planeerimine; loote areng; loote ja ema tervist hoidev käitumine. Lapse

2) hindab oma ja kaaslaste käitumise vastavust ühiskonnas kokkulepitud normidele ja reeglitele; 3) teab erinevaid peremudeleid ning kirjeldab pereliikmete rolli ja vastutust perekonnas; 4) teab kooselu reegleid ja norme toetavates inimsuhetes, väärtustab hoolivust, ausust, õiglust ja vastutustunnet; 5) mõistab lapse saamisega seotud vastutust, kirjeldab lapse arengut ja vanemate rolli lapse kasvamisel; teab peamisi pere ja laste elu reguleerivad seadusi ja sotsiaaltoetusi.	sündimine: ettevalmistused imiku hooldamiseks, sünnijärgsed kohustused, kohaliku omavalitsuse ja riiklikud toetused. Lapse saamisega seotud (lisa)kulutused, lapse hooldamisele kuluv aeg. Puudega laps. Imiku- ja lapseiga. Lapse arendamine-õpetamine. Peretülid ja –vägivald. Uimastite tarbija perekonnas: mõju majanduslikule olukorrale, suhetele. Kohalikud ja üldriiklikud nõustamis- ja ravivõimalused. Lahutus, lahuselava vanema kohustused lapse kasvatamisel.
EELARVE PLANEERIMINE	
1) Oskab planeerida raha teenimise ja kulutamisega seotud tegevusi; 2) teab riigi toimimise üldisi põhimõtteid (tervishoiusüsteem, maksud jm); 3) oskab küsida teavet kaasinimestelt ja kasutada info leidmiseks erinevaid teabeallikaid.	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).

ELUASE	
1) Kirjeldab eluaseme omandamise, sisustamise ning hooldamisega seotud vajadusi, võimalusi, ohtusid ja kohustusi; 2) oskab küsida teavet kaasinimestelt ja kasutada info leidmiseks erinevaid teabeallikaid.	Eluaseme liigid, eluaseme otsimine, müügikuulutused. Üürileping, selle tingimused Eluaseme sisustuse planeerimine: hädavajaliku sisustuse hankimise, olmetehnika soetamine, hooldus ja remont.
KARJÄÄRI PLANEERIMINE	
1) Hindab nõustaja suunamisel oma võimeid, teadmisi, oskusi, jätkuõppe võimalusi ja tingimusi ning teeb enda jaoks sobiva karjäärivaliku; 2) teab oma peamisi õigusi ja kohustusi töötajana, nimetab info ja abi saamise võimalusi tööõigusega seotud küsimustes; 3) mõistab lepinguta töötamise ja ümbrikupalgaga seotud riske ja negatiivseid tagajärgi; tunneb töö otsimisel ära inimkaubandusele viitavad märgid; 4) oskab küsida teavet kaasinimestelt ja kasutada info leidmiseks erinevaid teabeallikaid.	Jätkuõppevõimalused. Töötaja põhilised õigused ja kohustused, lepinguta töötamisega kaasnevad riskid ja tagajärjed, ümbrikupalk. Inimkaubandus, ohtude teadvustamine, käitumine ohvriks sattumise korral, ohvriabi.