



AINEKAART

Ainevaldkond: Sotsiaalsained **Õppeaine:** Inimeseõpetus
Klass: 8.a, 8.b, 8.c, 8.g
Õpetaja: Liivi Jõemets
Ainetüüp: Kohustuslik õppeaine põhikoolis
Õpetamise aeg 2020/2021: I trimester

Õppekirjandus:

Inimeseõpetuse õpik 8. klassile "Tervis", õpetaja koostatud töölehed ja ülesanded

Õpik 7. klassile "Inimene ja ühiskond"

Õpik 8. klassile "Inimene ja ühiskond" I ja II osa

Vajalikud õppevahendid:

Õpilase vabalt valitud vihik, kirjutus- ja joonistuvahendid, käärid, liim

Õppesisu:

TERVIS

- 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.

Õpitulemused. Trimestri lõpul õpilane:

- Kirjeldab füüsilise, vaimse, emotsionaalse ja sotsiaalse tervise vastastikust mõju ning seost.
- Kirjeldab olulisi tervisenäitajaid rahvastiku tervise seisukohalt.

- Analüüsib tegureid, mis võivad mõjutada otsuseid tervise kohta, ning demonstreerib õpituatsioonis tõhusaid viise otsuste langetamisel tervise seonduvate valikute puhul üksinda ja koostöös teistega.
- Analüüsib ja hindab erinevate tervise infoallikate ning teenuste kasutamise võimalusi ja usaldusväärust.
- Analüüsib enda tervise seisundit ning teab, mis tegurid ja toimetulekumehhanismid aitavad säilitada inimese vaimset heaolu.
- Analüüsib inimese kehalise aktiivsuse ja toitumise mõju tervisele.
- Analüüsib oma igapäevatoitu vastavust tervisliku toidu põhimõtetele.
- Selgitab kehalise aktiivsuse mõju inimese füüsilisele, vaimsele, emotsionaalsele ja sotsiaalsele tervisele.
- Oslab planeerida eri tüüpi kehalist aktiivsust oma igapäevaellu ning väärtustab kehalist aktiivsust eluviisi osana
- Selgitab stressi olemust, põhjusi ja tunnuseid.
- Kirjeldab stressiga toimetuleku viise ning eristab tõhusaid toimetulekuviise mittetõhusatest, teab abi ja toetuse võimalusi.
- Kirjeldab kriisi olemust ja seda, kuidas käituda kriisiolukorras; teab abi ja toetuse võimalusi.

Hindamise kirjeldus:

Õpetaja annab õpilastele pidevalt nii suulist kui ka kirjalikku tagasisidet. Õpetaja hindab aktiivset tunnis osalemist tunnitöid ning kontrolltöid, grupitöid ja teisi ülesandeid. Hindamisel kasutatakse enesehindamist ja kaaslaste hindamist konkreetsete hindamiskriteeriumite abil. Pärast enesehindamist on õpilasel võimalus oma tööd täiendada ning parandada õpetajaga kokkulepitud ajal.

Kokkuvõtva hinde kujunemine:

Itrimetri hinne kujuneb kõikide hinnete kokkuvõttel. Kõik hinned on võrdse kaaluga. Kui hinne on kahevahel, siis arvestatakse hinde väljapanekul, kuidas õpilane on tunnis kaasa töötanud ja kuidas õpilane on kodused tööd/tunnitööd sooritanud. Hinnatakse kirjalikke/suuliseid rühmatöid, ülesandeid vihikust, töölehti, ülesandeid, tunnikontrolle/kontrolltöid. Hindamisel kasutatakse kujundavat hindamist enesehindamist ja kaaslaste hindamist.

Ettevõtliku õppe rakendamine õppetöös:

Õpilased on kaasatud õppe- ja kasvatusprotsessi kujundamisse

Itrimetril kasutatakse hindamise tehnikaid (nt konkreetne küsimus ja tagasisidetehnika, vastastikune hindamine, enesehindamine, kujundava hindamise küsitlused jne) Õpilane püstitab oma isiklikud õpieesmärgid. Õpilane võtab vastutuse õppimise ja teadmiste omandamise eest läbi enesehindamise. Hindamiskriteeriumid on koostatud koos õpilastega ning sellega juba võtab õpilane vastutuse teadmiste omandamise eest. Õpilane on aktiivne tunnis osaleja.

Tundides kasutatakse erinevaid aktiivõppe meetodeid

Paaristöö, rühmatöö, arutus, diskussioon, projektõpe, vastassuunelineajurünnak, väitlus, lumepalli meetod, maailma kohvik, ahelkirjutamine jms.

Toimib erinevate õppeainete lõimumine ning aine on seostatud praktilise eluga

Lõimumine toimub eesti keele, kirjanuse ja ühiskonnaõpetusega, bioloogiaga, kehalise kasvatus, karjääriõpetusega.

Rakendatakse õppimist toetavat hindamist (enesehindamine, kaaslase hindamine, õpilase arengu hindamine, tagasisidestamine).

Õpetaja julgustab õpilasi küsimuste ja tagasiside kaudu arutlema ja järeldusi tegema, milline on nende edasijõudmine aines.

Enne tegevuse alustamist sõnastab õpilane üksi või koos rühmas, kuidas ta/nad ülesandeid täitma hakkavad ja miks. Tegevuse lõpus kirjutab õpilane/rühm kokkuvõtte sellest, mis läks ülesannet täites hästi, mida võiks edaspidi paremini teha.

Kiire suuline kontroll esitluste vahepeal, nägemaks, kas nad kuulavad tunnis aktiivselt nii õpetajat kui ka kaasõpilasi.

Enese ja kaaslase hindamine toimub läbi ühtsete hindamiskriteeriumite kaudu, hindamiskriteeriumid on koos õpilastega koostatud.

Vajaduse korral kohandatakse ja korratakse küsimusi ning pakutakse lisamaterjale.

Õpetaja moodustab rühmi vastavalt õpilaste arengule ning lähtudes konkreetsest ülesandest.

Õpetaja palub õpilastel koostada mõned lisaküsimused, mis vajavad veel selgitusi, mida soovitakse veel teada saada.

Muud nõuded ja märkused: