

Aine Inimeseõpetus (Perekonnaõpetus)

Õppeaine kirjeldus

Inimeseõpetuse (perekonnaõpetuse) kursus läbitakse gümnaasiumi esimesel aastal.

Perekonnaõpetuse kursuses keskendutakse perekonnaelu psühholoogiale, sotsioloogiale, eetikale, perekonnaõigusele, majandamisele ja perekonna rollile ühiskonnas. Kursus toetab õpilase enesearengut, aitab mõtestada ja analüüsida oma rolli perekonnas, arendada vastutustunnet nii isiklikus kui ka ühiskonnaelus. Perekonnaõpetuse kursus kujundab eelkõige õpilaste enesemääratlus-, sotsiaalse ja väärtuspädevuse arenemist. Õpilane õpib tundma ühiskonnas toimuvaid demograafilisi, sotsiaalseid, majanduslikke ja ajaloolisi protsesse ning nähtusi, mis mõjutavad pereelu struktuure ja protsesse. Õpe valitakse rõhuasetusega elulähedasele ainekäsitlusele, toetades õpilase arusaama õpitava vajalikkusest. Ainealaselt on rõhuasetus keelepädevuse arendamisele. Perekonnaõpetuse kursus pakub õpilastele terviklikku vaadet perekonna rollist ja tähtsusest üksikisiku ning ühiskonna heaolus. Kursuse läbiviimisel kasutatakse mitmekesist õppemetoodikat, sealhulgas loenguid, grupiarutelusid, projektide ja uurimistööde koostamist, praktilisi ülesandeid ning kohtumisi erinevate valdkonna spetsialistidega. Õppetöö integreerib teoreetilisi teadmisi reaalsete elusituatsioonidega, suurendades õpilaste teadlikkust ja oskusi perekondlikus kontekstis tegutsemiseks.

Õppe-ja kasvatuseesmärgid

Inimeseõpetuse üldeesmärk on aidata kaasa õpilaste sotsiaalses elus vajalike toimetulekuoskuste arengule, mille elluviimiseks kujundatakse õpilastes terviklikku isiksust, sotsiaalset kompetentsust, terviseteadlikkust ning üldinimlikke väärtusi, nagu ausus, hoolivus, sallivus, vastutustunne ja õiglus. Perekonnaõpetuse eesmärk on õpetada väärtustama perekonda, iseennast ja inimesi enda ümber.

Õpikeskkond

Väärtuskasvatus ja hoiakute kujundamine toimub toetavas ning vastastikku mõistvas õhkkonnas, kus julgustatakse õpilasi positiivselt suhtuma oma arengu- ja toimetulekuvõimalustesse. Selle soodne sotsiaalne õppekeskkond tugineb eelkõige õpilaste individuaalsuse ja isiklike seisukohtade austamisele ning võimalusele vabalt väljendada oma arvamust, olla algatusvõimeline ning osaleda ja koostööd teha nii iseseisvalt kui ka koos teistega.

Kursuse nimetus	Perekonnaõpetus
Eelduskursus	-

Kursuse läbiviimise aeg	G1
Kursuse maht	35 tundi
Kursuse eesmärgid	Arendada õpilaste oskusi luua ja hoida toetavaid inimsuhteid, eriti keskendudes paarisuhte, perekonnaga seotud teemadele ning vanemlusele. Rõhutada perekonna väärtustamise olulisust ning aidata õpilastel teadvustada oma rolli suhetes ja tulevase lapsevanemana. Kujundada õpilastes valmisolekut võtta vastutus oma suhete eest ning arendada nende võimet analüüsida ühiskonna mõju perekonnavalule.
Kursuse õppesisu	• Perekond, perekonna liigitused. Perekonna ülesanded. • Perekonna minevik, olevik ja tulevik. • pereväärtused, traditsioonid, hoiakud (sh laste kasvatamine ja suhtumine seksuaalsusesse) läbi ajaloo. • Kooselu ja kooselu vormid. Kooselu vormid läbi ajaloo täitmaks perekonna ülesandeid. • Perekonna roll ja tähtsus läbi inimese elukaare. • Ühiskonnas kehtivate hoiakute (sh soostereotüübid) piirav mõju inimesele ja inimsuhtele. • Usaldusväärsed infoallikad inimese turvalise tervisekäitumise ja terviseedenduses. • Pereliikmete tervist (füüsiline, emotsionaalne, sotsiaalne, vaimne) mõjutavad peresisesed ja perevälised tegurid. • Inimese tervist mõjutavad riski- ja kaitsetegurid (individuaalsed omadused ja käitumismustrid, sotsiaal-majanduslikud olud ja keskkonnategurid) • Pereplaneerimine ja seda mõjutavad tegurid. Planeeritud ja planeerimata rasedus. • Suhtevägivald (sh lähisuhte-, kohtingu ja seksuaalvägivald) ja selle ennetamise võimalused. • Suhtevägivalda põhjused ja tagajärjed indiviidi, pere ja kogukonna tasandil ning abi saamise võimalused. • Inimkaubandus ja prostitutsioon. • Vastutus oma rolli eest peres arvestades pereliikmetega • Toetavad paari- ja peresuhted.

	• Pereelu (sh abielu) sätestav seadusandlus ja pereliikmete õigused ja kohustused. • Suhe. Paarisuhe. Lähisuhte ja selle olemus peres (sh abielus). Pere kui sotsiaalne süsteem laiemas sotsiaalses võrgustikus. • Suhete katkemine (s h lahkuminek ja abielulahutus) peres ja kooselus. • Lein ja leinaga toimetulek. Abi saamise võimalused. • Inimõigused. Laste õigused ja lastekaitse. • Inimliku läheduse ja armastuse erinevad avaldusvormid. • Armastus paarisuhtes (sh seksuaalsuhtes) • Seksuaalsuhte dünaamika: seksuaalsuse trepp. • Terved ja turvalised seksuaalsuhted. • Nõusolek ja vastutus seksuaalsuhtes. • Pere eelarve koostamine arvestades pereliikmete vajadusi ja pere võimalusi. • Koduse kasvatus (sh erinevate kasvatusstiilide) mõju lapse arengule. • Lapse ja vanema vaheline kiindumussuhte tähtsus lapse turvalisuse allikana peres.
Lõiming teiste õppeainetega	Ühiskonnaõpetus – pere, kui väärtus ühiskonnast lähtuvalt , vanemlikud kohustused , turvaline ja toetav elukeskkond Ajalugu – perekonna ajalugu Bioloogia - inimkeha anatoomia ja füsioloogia, pärilikkus, tervis, sh reproduktiivtervis, ja seda mõjutavad tegurid, nakkushaiguste, sh STLH, levikuteed ja nakkushaiguste ennetamine, kontraseptsioonivahendid, pereplaneerimine ja seda mõjutavad tegurid, viljastumine, rasedus, sünnitus, abort, kodukeskkonna ja kasvatus mõju lapse arengule, tervislik elukeskkond, tervislik toitumine, hügieen; loodusteaduslik käsitlus igapäevaelu probleeme lahendades Eesti keel ja kirjandus, võõrkeeled: suuline ja kirjalik eneseväljendus, armastuse, suhete, seksuaalsuse, kasvatus, abielu, perekonna ja kodu kujutamine kirjandusteostes, suhted, perekond ja kasvatus eri kultuurides Matemaatika: pere eelarve ning materiaalsed ressursid peres, perekonna- ja tervisestatistika, andmeanalüüs perekonnaõpetuse uurimistöös Ajalugu: mehe ja naise muutunud roll ajas, soostereotüübid, perekond, abielu, tavad ja kombed, seksuaalsus ja kasvatus ajaloos ning erinevates kultuurides Geograafia, inimgeograafia, majandus ja ettevõtlus: demograafilised näitajad, pere majanduslik toimetulek, kultuuriline mitmekesisus, inimkaubandus,

	Keemia: kodu kui arengu- ja kasvukeskkond, tervislik ja tasakaalustatud toitumine, sõltuvusained ja nende mõju tervisele Informaatika: perekonnaõpetuse õppimine (uurimistööd, uuringud jt õpitegevused) otstarbekalt tehnikavahendeid, sh IKT võimalusi kasutades Karjääriõpetus: karjäärivalikud, soolised stereotüübid ühiskonnas kui karjäärivõimaluste mõjutajad, pereplaneerimine, elukestev õpe, hariduse ja tööturu vahelised seosed, töövestlus, avalik esinemine, karjääri ja pereelu ühendamine, ettevõtlus, töö- ja pereeluga seotud õigusaktid Kehaline kasvatus: kehalise aktiivsuse tähtsus inimese tervisele, kehaline aktiivsus kui lapse arengu esmatingimus, kehaline aktiivsus kui stressi leevendaja, pere ühistegevused ja traditsioonid kui peresidemete tugevdajad, Majandusõpetus: perekonna majanduselu korraldamine, pere eelarve, palgad, maksud, karjääri planeerimine Rahatarkus - pere rahaasjade korraldamine
Õppekäigud/projektid	Võimalusel muuseumide ja näituste külastamine (nt Kärumuuseum, Eesti Rahva Muuseum)
Õpioskuste arendamine	Kriitiline mõtlemine ja analüüsivõime: Õpilasi julgustatakse analüüsima ja hindama perekonnaga seotud teooriaid, uuringuid ja meediakajastusi. Nad õpivad eristama fakte arvamustest ja arendavad oskust mõtestada keerulisi sotsiaalseid nähtusi. Eneseväljendus ja suhtlemisoskus: Kursus pakub rohkelt võimalusi nii suuliseks kui ka kirjalikuks eneseväljenduseks, alates esitlustest kuni kirjutamisülesanneteni. Meeskonnatöö ja koostööoskused: Grupiprojektid, paaristööd ja rühmatööd on kesksel kohal, aidates õpilastel õppida koostööd tegema, ühiseid eesmärke saavutama ja konflikte lahendama. Informatsiooni haldamise oskused: Erinevate teabeallikate kasutamine, digitaalsete andmebaaside kasutamine, teabe kriitiline hindamine Praktiline tegevus: Õpilased kasutavad erinevaid teabeallikaid, sealhulgas digitaalseid andmebaase, et koguda teavet perekonnaõpetusega seotud teemadel. Arendavad oskusi teabe kriitiliseks hindamiseks ja usaldusväärsete allikate valimiseks. Aja juhtimine ja organiseerimisoskus: Tähtaegadele vastavate projektide ja ülesannete täitmine nõuab head ajaplaneerimist ja organiseerimist. Enesehindamine: Väärtuste, hoiakute ja eelduste reflekteerimine Isikliku arengu hindamine Eneseteadlikkuse arendamine

Kursuse õpitulemused	Õpilane: 1) mõistab, kuidas ühiskond mõjutab pereväärtusi, traditsioone, hoiakuid, sealhulgas laste kasvatamist ja suhtumist seksuaalsusesse, mõistab, kuidas on kooselu vormid ja perekonna roll aja jooksul muutunud; 2) mõistab inimese arengu võimalusi perekonnas, paarisuhtes ja lapsevanemana, võtab vastutuse oma rolli eest, arvestades teiste pereliikmetega; 3) teab, kuidas pereelu, sealhulgas abielu on õigusaktidega reguleeritud, oskab sellega igapäevaelus arvestada ja vajaduse korral leida asjatundlikku õigusabi; 4) mõistab suhetega kaasnevaid õigusi ja kohustusi, inimeste võrdse kohtlemise vajalikkust ning võtab vastutuse oma suhete eest; 5) kasutab teaduspõhiseid allikaid perekonna, suhete ja tervisega seotud info ja abivõimaluste leidmisel; 6) mõistab inimliku läheduse ja armastuse erinevaid avaldumisviise; 7) mõistab seksuaalse arengu individuaalsust; 8) mõistab paarisuhete dünaamikat ja võtab vastutuse; 9) mõistab perekonna rolli traditsioonide hoidja ja kandjana, väärtustab sotsiaalsete suhete, tavade ja kommete toetavat mõju peresuhetele; 10) mõistab tervisliku eluviisi ja turvalise käitumise tähtsust inimese elus ja iseenda sotsiaalset vastutust tervisekäitumises; 11) on teadlik tarbija ja oskab koostada perekonna eelarvet, arvestades pere võimaluste ja pereliikmete vajadustega; 12) mõistab vanemlikku vastutust erinevas vanuses laste arengu toetamisel.
Hindamine sh lõpptulemuse kujunemine	Inimeseõpetuses hinnatakse õpilaste teadmisi ja oskusi ning hoiakute ja väärtushinnangute kohta antakse tagasisidet. Suuline ja kirjalik sõnaline hindamine, tagasiside. Hindamismeetodite valiku ja kasutamise otsustab õpetaja, lähtudes kursuse eesmärkidest ja õpilaste õppetegevustest. Hindamisel võetakse aluseks punktide protsent: 1) 90–100% punktide arvust; 2) 70–89% punktide arvust; 3) 50–69% punktide arvust;

	4) 25–49% punktide arvust; 5) 0–24% punktide arvust. Võimalikud hindamise vahendid: • ettekanded (esitlused jn); • suuline vastamine; • rühmatööd; • õpimapp; • tunnikontrollid, arvestustööd; • loovtööd jm Õpimapi koostamise käigus õpilane õpib: kirjalikku tööd korrektselt vormistama, üles ehitama ja kokku panama; oma õppetegevust eesmärgistama, planeerima ja hindama; infot koguma, organiseerima, talletama ja kasutama. Õpimapp on õpilase abimees avatud materjalidega töödes ning õpetajale lihtne võimalus perioodi lõpus hinnata ning mõõta õpilase arengut ja saavutusi.
Õppematerjalid	Inimõiguste giid: <u>Perekond</u> <u>Erinevad peremudelid</u> “Perekonnaõpetus” Gümnaasiumi inimeseõpetuse õpik, 2007 "Terved ja turvalised suhted : noorte kohtinguvägivalla ennetamine : õpetaja juhendmaterjal", 2016 Autor: Denise Harding, Kate Humpreys, Kai Part, Merike Kull Riigi Teataja "Perekonnaseadus" ja teised õigusaktid Eesti.ee tarkvanem.ee terviseinfo.ee seksuaaltervis.ee

Meresmaa, P. (2017). *1.2 Perekonna ülesanded ja tähtsus. Perekonnaõpetuse kursus*. <https://sites.google.com/tg.edu.ee/perekonnaopetus/1-perekond/1-2-perekonna-ülesanded-ja-tähtsus> 4.08.2023

Perekonnaseadus. RT I 2009, 60, 395

Eesti Vabariigi põhiseadus. RT 1992, 26, 349

Lastekaitseseadus. RT I, 06.12.2014, 1

Kooseluseadus. RT I, 16.10.2014, 1

Perekonna ülesanded ülesanne [Learningapps.org](https://learningapps.org) keskkonnas SIIN

Inimeseõpetuse e-kursus

<https://moodle.sillamaegymn.edu.ee/course/view.php?id=139>

Toim. Part, K., Kull, M., & Pihela, T. (2016). Terved ja turvalised suhted. Kohtinguvägivalla ennetamine õpilastele. Õppekomplekt. Tartu Ülikooli seksuaaltervise uuringute keskus.

Part, K., Kull, M., & Pihela, T. (2016). Terved ja turvalised suhted. Metoodiline juhend. Õppekomplekt. Tartu Ülikooli seksuaaltervise uuringute kesku

Narko.ee Kaassõltuvus – mis see on? Tervise Arengu Insituut. narko.ee.

Konstabel, K. (2022). Puust ja punaseks: kaassõltuvus. *Müürileht*, 12. detsember 2022.

Alkoholi mõju paarisuhtele. Tervise Arengu Insituut. alkoinfo.ee.

Programm “Selge”. Tervise Arengu Insituut. alkoinfo.ee

<https://arhiiv.err.ee/video/vaata/heureka-miks-inimesed-armuvad>

1) Video (How To Feel Happy / What makes a good life?

) <https://www.youtube.com/watch?v=MDnPCLnNfhg>

2) Video (Robert Waldinger: What makes a good life? Lessons from the longest study on happiness) <https://www.youtube.com/watch?v=8KkKuTCFvzI>

Õppetöös kasutatakse õpetaja poolt koostatud õppematerjale selahulgas esitlused, töölehed.

Soovituslik kirjandus	Tilk, M. (2003). Kasvatus eri kultuurides I. Pärnu: Trükk. Tilk, M. (2004). Kasvatus eri kultuurides II. Pärnu: Trükk Tilk, M. (2006). Kasvatus eri kultuurides III. Imavere: Imaprint.
-----------------------	---