

15.4.9 TERVEYSTIETO 7.-9.Ik

”Terveystieto on monitieteiseen tietoperustaan pohjautuva oppiaine. Terveystiedon opetuksen tehtävänä on oppilaiden monipuolisen terveysosaamisen kehittäminen. Lähtökohtana on elämän kunnioittaminen ja ihmisoikeuksien mukainen arvokas elämä. TerveYTEEN, hyvinvointiin ja turvallisuuteen liittyviä ilmiöitä tarkastellaan ikäkaudelle sopivalla tavalla terveysosaamisen eri osa-alueiden kautta. Näitä ovat terveyteen liittyvät tiedot, taidot, itsetuntemus, kriittinen ajattelu sekä eettinen vastuullisuus.

Opetuksessa huomioidaan terveyteen liittyvien ilmiöiden moniulotteisuus ja -tasoisuus: terveyttä tukevat ja kuluttavat fyysiset, psyykkiset ja sosiaaliset tekijät sekä näiden väliset yhteydet ja syy-seuraussuhteet. Terveyttä tarkastellaan ihmisen elämänkulun eri vaiheissa, yksilön, perheen, yhteisön ja yhteiskunnan tasolla sekä soveltuvin osin myös globaalisti. Oppilaiden kehittyessä ja elinpiirin kasvaessa terveyteen liittyvien kysymysten tarkastelu laajenee ja syvenee. Keskeistä on ohjata oppilaita ymmärtämään terveyttä voimavarana jokapäiväisessä elämässä, elinympäristössä ja yhteiskunnassa. Opetuksen tulee tukea oppilaiden yksilöllistä ja yhteisöllistä tiedon hankintaa, rakentamista, arviointia ja käyttämistä. Lisäksi tuetaan turvallisuustaitoihin, sosiaalisiin taitoihin sekä tunteiden tunnistamiseen ja säätelyyn liittyvien valmiuksien kehittymistä.

Terveysosaamisen avulla oppilaat hahmottavat terveyden laaja-alaisuutta ja saavat valmiuksia tehdä tarkoituksenmukaisia ja perusteltuja terveyteen liittyviä valintoja ja päätöksiä. Terveysosaaminen lisää kykyä tunnistaa ja muokata tekijöitä, jotka mahdollistavat oppilaiden oman ja ympäristönsä terveyden ja hyvinvoinnin arvostamisen, ylläpitämisen ja edistämisen. Opetuksessa hyödynnetään mahdollisuuksia havainnoida ja tutkia terveyteen ja turvallisuuteen liittyviä ilmiöitä omassa elin-, ja oppimisympäristössä, tehdä yhteistyötä eri oppiaineiden kanssa sekä harjoitella ja soveltaa osaamista käytännössä.

Terveystietoa opetetaan vuosiluokilla 1-6 osana ympäristöoppia. Vuosiluokilla 7-9 opetuksessa syvennetään ja laajennetaan alempien vuosiluokkien aikana käsitellyjä teemoja ikäkauden mukaisesti. Opetuksessa pyritään aiempaa tarkempaan tiedonalakohtaiseen käsitteiden käyttöön ja vahvistetaan kriittiseen ajatteluun, itsetuntemukseen ja eettiseen pohdintaan liittyvää osaamista ikäkauden mukaisesti. Opetuksessa eri vuosiluokilla otetaan huomioon opetettavan aineksen ja siihen liittyvän osaamisen merkitys oppilaiden ikäkauden ja kehitysvaiheen näkökulmasta.

Terveystiedon tavoitteisiin liittyvät keskeiset sisältöalueet vuosiluokilla 7-9

Tavoitteiden pohjalta luodaan ehyitä, ikätasoisesti eteneviä opetuskokonaisuuksia. Opintokokonaisuudet rakentavat monipuolista tietoa ja osaamista terveydestä voimavarana, sen fyysisestä, psyykkisestä ja sosiaalisesta osa-alueesta sekä näiden välisestä vuorovaikutuksesta. Opintokokonaisuuksissa otetaan huomioon elämänkulku, lapsuuden ja nuoruuden kasvu, kehitys sekä niiden kehitystehtävät. Sisältöjen valinnoissa hyödynnetään paikallisia ja globaaleja ajankohtaisia aiheita ja sovelletaan niitä tavoitteiden mukaisesti.

S1 Terveyttä tukeva kasvu ja kehitys: Sisällöissä painotetaan terveyden eri osa-alueiden kokonaisvaltaista hahmottamista terveyden edistämisen ja sairauksien ehkäisyn näkökulmasta. Opetuksessa käsitellään elämänkulun sekä kasvun ja kehityksen yleisiä tunnuspiirteitä, monimuotoisuutta ja henkilökohtaisuutta. Kasvun ja kehityksen sisällöissä painottuvat identiteetin, minäkuvan ja itsetuntemuksen rakentuminen, seksuaalinen kehittyminen, huolenpidon sekä perheen ja läheisten merkitys, mielen hyvinvointi ja itsensä arvostaminen sekä turvataidot. Tunne- ja vuorovaikutustaitojen sisällöissä kiinnitetään huomiota vuorovaikutustilanteissa toimimiseen, tunteiden ilmaisuun ja niiden säätelyyn. Lisäksi perehdytään ristiriitojen, ongelmatilanteiden, stressin ja kriisien rakentavaan käsittelyyn.

S2 Terveyttä tukevat ja kuluttavat tekijät sekä sairauksien ehkäisy: Sisältöjä valitaan syventäen tietoa ja ymmärrystä terveyttä tukevista voimavaroista ja sairauksia ehkäisevistä tekijöistä. TerveYTEEN liittyvistä tottumuksista käsitellään arkirytmi, uni, ravitsemus ja liikunta. Sisällöissä perehdytään seksuaalisuuteen, seksuaaliterveyden eri osa-

alueisiin ja seksuaalisen kehityksen monimuotoisuuteen. Terveyden voimavaroista tarkastellaan mielenterveyttä, hyvinvointia tukevia ympäristöjä ja yhteisöjä sekä mielekästä vapaa-ajan toimintaa. Lisäksi käsitellään turvallisuustaitoja ja -valmiuksia, ensiaputaitoja, itsehoitoa sekä tuen ja avun hakemista. Sisältöjä valittaessa otetaan huomioon myös ajankohtaisia terveysilmiöitä sekä tarkastellaan terveyteen liittyvän tiedon luotettavuutta.

Terveyden vaaratekijöistä nostetaan esiin liikkumattomuus ja passiivinen elämäntapa, ravitsemuksen ja nukkumisen ongelmat, kiusaaminen ja stressi. Sisällöissä otetaan huomioon nuoren mielen pahoinvointi, riippuvuudet sekä päihteet ja niiden käytön ehkäisy. Sairauksien ehkäisyyn liittyvistä sisällöistä valitaan keskeiset ja ajankohtaiset tartuntataudit sekä kansantaudit ja tapaturmat.

S3 Terveys, yhteisöt, yhteiskunta ja kulttuuri: Sisällöissä otetaan esille opiskelu-, työ- ja toimintakyky nuoruudessa. Kestävää elämäntapaa tarkastellessa otetaan huomioon sosiaalinen kestävyys ja vastuullinen kuluttaminen. Elinympäristön terveysvaikutuksia käsiteltäessä nostetaan esille keskeisiä terveyden edistämisen ja sairauksien ehkäisyn keinoja, terveyspalvelut, kansalaistoiminta ja ympäristön terveysriskit.

Tietolähteitä, erilaisia terveystarkkoinnin ja vaikuttamisen keinoja tarkastellaan erityisesti tiedon luotettavuuden ja terveysvaikutusten näkökulmasta. Terveyden edistämisen sisällöissä otetaan huomioon kulttuurin terveyttä edistävä merkitys ja kulttuurinen herkkyys, kestävä elämäntapa, kansalaisten yhdenvertaisuus ja osallisuus sekä ihmisoikeuksien kunnioittaminen. Sisältöjä käsiteltäessä otetaan huomioon eri näkökulmia kuten lapsuus ja lasten oikeudet, vanhuus, vammaisuus tai pitkäaikaissairaus.” (OPS 2014, 389–401.)

TERVEYSTIETO 7.Ik

Terveystiedon tavoitteet, tavoitetarkennukset, sisältötarkennukset paikallisine painotuksineen ja laaja-alainen osaaminen

Tavoitteiden rakenne: **opettajan toiminta** + **oppilaan toiminta** + **asiat tai ilmiöt, joiden parissa työskennellään**

| Opetuksen tavoitteet | Tavoitetarkennukset | Sisältötarkennukset ja paikalliset painotukset | Laaja-alainen osaaminen | |
|-----------------------------------|---|---|---|---|
| Terveyttä tukeva kasvu ja kehitys | <p>T1 ohjata oppilasta ymmärtämään terveyden laaja-alaisuutta, terveyden edistämistä sekä elämäntilannetta, kasvua ja kehitystä voimavaroiltaan</p> | <p>S1-S3</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pyritään hahmottamaan terveys-käsityksen moniulotteisuus ja kokonaisvaltaisuus. - Perehdytään terveyden osa-alueisiin. - Ymmärretään terveyden edistäminen käsitteenä sekä tiedostetaan keinoja terveyden edistämiseen. - Tutustutaan elämäntilanteiden keskeisiin vaiheisiin. - Tiedostetaan kasvun ja kehityksen tunnuspiirteet, moninaisuus ja henkilökohtaisuus. | <ul style="list-style-type: none"> - WHO:n terveyden määritelmä - Koettu terveys - Terveyden edistäminen - Terveyteen vaikuttavat tekijät - Terveyden lukutaito, terveysosaaminen - Elämänvaiheet (lapsuus, nuoruus, aikuisuus ja vanhuus) - Murrosikä ja murrosiässä tapahtuvat muutokset - Kasvu ja kehitys voimavarana - Kasvun ja kehityksen yksilöllisyys | <p>Ajattelu ja oppimaan oppiminen (L1)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Myönteiset oppimiskokemukset (psykkinen terveys) <p>Kulttuurinen osaaminen, vuorovaikutus ja ilmaisu (L2)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Hyvinvoinnin kulttuurinen aspekti, esteettisyys (psykkinen terveys) - Oman kehon hallinta, itsensä arvostaminen - Sosiaalinen kanssakäyminen (sosiaalinen terveys) <p>Itsestä huolehtiminen ja arjen taidot (L3)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Oma ja yhteistä terveyttä sekä hyvinvointia edistävien ja kuluttavien tekijöiden tunnistaminen <p>Osallistuminen, vaikuttaminen ja kestävä tulevaisuuden rakentaminen (L7)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Menneisyyden, nykyisyyden ja tulevaisuuden väliset yhteydet elämäntilannetta, kasvussa ja kehityksessä - Vastuun merkitys elämäntilanteiden eri vaiheissa - Osallisuus (sosiaalinen terveys) |
| | <p>T2 ohjata oppilasta kehittämään valmiuksiaan tunne- ja vuorovaikutustilanteissa ja kykyä toimia erilaisissa ristiriitaisissa ja kriisitilanteissa</p> | <p>S1</p> <ul style="list-style-type: none"> - Harjoitellaan erilaisissa vuorovaikutustilanteissa toimimista, tunteiden ilmaisemista ja tunteiden säätelyä. - Osataan nimetä erilaisia tunteita. - Tunnistetaan käyttäytymisen ja tunteiden välinen vuorovaikutus. | <ul style="list-style-type: none"> - Perustunteet - Tunnetaidot - Tunteiden tiedostaminen, nimeäminen ja tunnistaminen - Tunteiden säätely - Sosiaaliset taidot - Empatia - Kuunteleminen - Vuorovaikutustilanteissa toimiminen - Minä- ja sinäviestit | <p>Kulttuurinen osaaminen, vuorovaikutus ja ilmaisu (L2)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ihmisoikeudet (muiden kunnioittaminen ja arvostava kohtaaminen erilaisissa vuorovaikutustilanteissa) - Keskustelutaitojen kehittäminen (mm. mielipiteiden rakentava ilmaiseminen, toimiminen eril. vuorovaikutustilanteissa) - Empatia <p>Itsestä huolehtiminen ja arjen taidot (L3)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Hyvät tavat - Sosiaalisten taitojen harjoittelu |

| | | | | |
|---|--|--|---|---|
| | | <ul style="list-style-type: none"> - Opitaan tuottamaan ratkaisuja ristiriita- ja ongelmatilanteiden rakentavaan käsittelyyn. - Tiedostetaan kiusaamisen tunnuspiirteitä sekä keinoja kiusaamisen ehkäisemiseksi ja lopettamiseksi. - Opitaan kuvaamaan oma turvaverkko ja ymmärretään sen merkitys elämässä. | <ul style="list-style-type: none"> - Koulukiusaaminen (kiusaamisen ehkäiseminen ja lopettaminen, eri roolit kiusaamistilanteissa) - Turvaverkko - Turvataidot | <ul style="list-style-type: none"> - Tunnetaitojen kehittymisen tukeminen - Ristiriitaisten tunteiden ja ajatusten kohtaaminen ja hallinta <p>Monilukutaito (L4)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sanallisista, kuvallisista, auditiivisista ja kinesteettisistä tunnetulkintaa - Kuvantulkinta <p>Osallistuminen, vaikuttaminen ja kestävän tulevaisuuden rakentaminen (L7)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Omien näkemysten rakentava ilmaiseminen - Erilaisten toimintatapojen oikeutuksen pohtiminen eri näkökulmista - Neuvottelemineen, sovitteluineen, ristiriitojen ratkaiseminen - Omien tekojen merkitys itselle ja lähiyhteisölle |
| <p>T3 ohjata oppilasta kehittämään itsetuntemustaan, omien arvojen ja asenteiden sekä kehon ja mielen viestien tunnistamista ja säätelemään käyttäytymistään, oppimistaan ja opiskeluaan tukevia tekijöitä</p> | <p>S1</p> <ul style="list-style-type: none"> - Opitaan omaa identiteettiä, minäkuvaa ja itsetuntemusta vahvistavia tekijöitä. - Opitaan tunnistamaan erilaisia kehon ja mielen viestejä. - Kehitetään käyttäytymisen, oppimisen ja opiskelun säätelevä tukevia tekijöitä. | <ul style="list-style-type: none"> - Itsetuntemus, itsetunto - Itsensä arvostaminen - Sosiaaliset taidot - Kuunteleminen - Vuorovaikutustilanteissa toimiminen - Kehon viestit ja niiden tunnistaminen seitsemännen luokan aiheiden osalta | <p>Ajattelu ja oppimaan oppiminen (L1)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Opiskelutavoitteiden asettaminen - Opiskeluun liittyvien tehtävien suunnitteleminen, työskentelyn ja oppimisen etenemisen arvioiminen - Opiskelu- ja oppimisstrategioiden tunnistaminen ja kehittäminen - Tukeminen ja kannustaminen - Itsensä kuunteleminen <p>Itsestä huolehtiminen ja arjen taidot (L3)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Vastuullinen toiminta ja vastuun kantaminen <p>Monilukutaito (L4)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Moniaistillisuus oppimisessa <p>Työelämätaidot ja yrittäjyys (L6)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Käyttäytyminen, vuorovaikutus ja yhteistyötaidot - Toiminnallisuus - Oppimisprosessien hahmottaminen - Omien taipumusten, vahvuuksien ja kiinnostuksen kohteiden tunnistaminen ja kehittäminen | |
| <p>T4 ohjata oppilasta pohtimaan yksilöllisyyteen, yhteisöllisyyteen ja yhdenvertaisuuteen liit-</p> | <p>S1, S3</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ymmärretään huolenpidon sekä läheisten, perheen ja | <ul style="list-style-type: none"> - Minä itse ja ainutlaatuisuus (temperamentti, minäkäsitys, persoonallisuus) | <p>Ajattelu ja oppimaan oppiminen (L1)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Asioiden näkeminen toisen silmin - Oikean ja väärän tiedostaminen sekä pohtiminen - Eettisen toiminnan periaatteet | |

| | | | | |
|---|--|--|---|--|
| | <p>tyviä kysymyksiä terveyden näkökulmasta sekä tukea oppilaan valmiuksia luoda vastuullisia ratkaisuja ihmisten välisissä vuorovaikutustilanteissa</p> | <p>sosiaalisten suhteiden merkitys terveyden ja mielen hyvinvoinnin kannalta.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Harjaannutetaan vuorovaikutustilanteissa toimimisen taitoja. - Ymmärretään kansalaisten yhdenvertaisuuden ja osallisuuden sekä ihmisoikeuksien kunnioittamisen merkitys. - Opetellaan nimeämään ja kuvaamaan yhdessä toimimiseen ja vuorovaikutukseen liittyviä eettisiä kysymyksiä ja tilanteita. - Vahvistetaan turvataitoja. | <ul style="list-style-type: none"> - Yhteisöllisyys ja terveys (sosiaalinen terveys) - Arjen rytmi - Mielen hyvinvointi - Erilaisuuden kohtaaminen (esim. pitkäaikaissairaus, vammaisuus) - Ihmisoikeudet - YK:n lapsen oikeuksien sopimus (oikeus väkivallattomaan lapsuuteen) - Turvataidot - Itsemääräämisoikeus - Yhdenvertaisuus - Toisen kunnioittaminen - Empatia - Vastuullinen toiminta ja vastuun kantaminen (esim. eril. vuorovaikutustilanteet) | <p>Kulttuurinen osaaminen, vuorovaikutus ja ilmaisu (L2)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ihmisoikeuksien kunnioittaminen - Keskeiset ihmisoikeussopimukset - Hyvät tavat - Muiden arvostava kohtelevinen <p>Itsestä huolehtiminen ja arjen taidot (L3)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Vastuu itsestä ja muista - Sosiaalisten taitojen harjoittaminen ja tukeminen - Yksityisyyden ja henkilökohtaisten rajojen suojaamisen valmiudet <p>Monilukutaito (L4)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kulttuurinen lukutaito <p>Työelämätaidot ja yrittäjyys (L6)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Käyttäytyminen, vuorovaikutus ja yhteistyötaidot <p>Osallistuminen, vaikuttaminen ja kestävän tulevaisuuden rakentaminen (L7)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Erilaisten toimintatapojen oikeutus - Rakentava vuorovaikutus - Omien valintojen ja tekojen merkitys itselle ja muille |
| <p>Terveyttä tukevat ja kuluttavat tekijät sekä sairauksien ehkäisy</p> | <p>T5 ohjata oppilasta syventämään ymmärrystään fyysisestä, psyykkisestä ja sosiaalisesta terveydestä ja niitä vahvistavista ja vaarantavista tekijöistä ja mekanismeista sekä tukea oppilaan valmiuksia käyttää näihin liittyviä käsitteitä asianmukaisesti</p> | <p>S1-S3</p> <ul style="list-style-type: none"> - Laajennetaan osaamista fyysisestä terveydestä ja sitä tukevista sekä vaarantavista tekijöistä. - Laajennetaan osaamista psyykkisestä terveydestä ja sitä tukevista sekä vaarantavista tekijöistä. - Laajennetaan osaamista sosiaalisesta terveydestä ja sitä tukevista sekä vaarantavista tekijöistä. - Osataan kuvata pääpiirteissään fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen terveyden välisiä | <ul style="list-style-type: none"> - Fyysinen terveys ja sitä vahvistavat ja vaarantavat tekijät (ks. alla olevat sisällöt) - Uni ja lepo (myös nukkumisen ongelmat) - Hygieniä (mm. iho ja hampaat) - Liikunta (mm. terveysliikunta, liikunnan positiiviset ja negatiiviset vaikutukset, fyysinen toimintakyky, liikuntasuosituksukset, fyysinen kunto, kestävyys, voima, liikkuvuus, aerobinen ja anaerobinen kestävyys, lihashuolto, doping) - Päihteet (mm. riippuvuudet, tupakka, nuuska) | <p>Ajattelu ja oppimaan oppiminen (L1)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Itseluottamus <p>Kulttuurinen osaaminen, vuorovaikutus ja ilmaisu (L2)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Esteettisyys (psyykinen terveys) - Vuorovaikutus (sosiaalinen terveys) <p>Itsestä huolehtiminen ja arjen taidot (L3)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Omaa ja yhteistä terveyttä sekä hyvinvointia edistävien ja kuluttavien tekijöiden tunnistaminen - Terveyttä edistävät toimintatavat - Uni ja lepo - Uni oppimisen näkökulmasta - Tasapainoinen päivärhythmi - Liikkuminen - Päihteettömyys - Sosiaaliset taidot |

| | | | | |
|--|--|--|--|--|
| | | <p>yhteyksiä sekä syy- ja seuraussuhteita.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Harjaannutaan terveyteen ja sairauteen liittyvien keskeisten käsitteiden täsmällisessä käytössä. | <ul style="list-style-type: none"> - Psyykkinen terveys ja sitä vahvistavat ja vaarantavat tekijät (mm. mielekäs toiminta, tunne-elämä, mielen hyvinvointi, turvaverkko) - Sosiaalinen terveys ja sitä vahvistavat ja vaarantavat tekijät (mm. ihmissuhteet, vuorovaikutustaidot) - Täsmälliset ja asianmukaiset käsitteet | |
| <p>T6 tukea oppilaan kehittymistä terveyteen ja sairauteen liittyvän tiedon hankkijana ja käyttäjänä sekä edistää valmiuksia terveyteen, turvallisuuteen ja sairauksiin liittyvissä tilanteissa</p> | <p>S2, S3</p> <ul style="list-style-type: none"> - Harjoitellaan terveyteen liittyvän luotettavan tiedon hakemista erilaisista lähteistä. - Opitaan käyttämään terveyteen liittyvää luotettavaa tietoa pääosin asianmukaisesti. - Opitaan tuen ja avun hakemiseen liittyvät perusperiaatteet. | <ul style="list-style-type: none"> - Turvallisuustaidot - Turvallisuusvalmiudet - Tuen ja avun hakeminen (mm. tukiverkko) - Terveyteen liittyvän tiedon hakeminen erilaisista lähteistä - Terveyteen liittyvän tiedon luotettavuuden arvioiminen (Tiedonhankinta liitetään seitsemännellä luokalla käsiteltäviin aiheisiin) | <p>Kulttuurinen osaaminen, vuorovaikutus ja ilmaisu (L2)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Mediaympäristön analysoiminen ja median vaikutus terveysviestinnässä <p>Itsestä huolehtiminen ja arjen taidot (L3)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Vastuu itsestä ja muista, vastuullinen toiminta - Yksityisyyden ja henkilökohtaisten rajojen suojaamisen valmiudet - Terveyteen liittyvän mainosviestinnän analyttinen tarkastelu, kriittisyys <p>Tieto- ja viestintäteknologinen osaaminen (L5)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Monipuolinen tiedonhankinta - Lähdekriittisyys <p>Osallistuminen, vaikuttaminen ja kestävän tulevaisuuden rakentaminen (L7)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Omien tekojen merkitys itselle ja muille - Menneisyyden, nykyisyyden ja tulevaisuuden väliset yhteydet (esim. kansantaudit) | |
| <p>T7 ohjata oppilasta tunnistamaan ja arvioimaan omia terveyteen ja turvallisuuteen liittyviä tottumuksiaan, valintojaan ja niiden perusteluja sekä rohkaista oppilasta pohtimaan oman terveyden kannalta merkityksellisiä voimavaroja</p> | <p>S1, S2</p> <ul style="list-style-type: none"> - Opitaan tunnistamaan ja tiedostamaan omia terveyteen ja turvallisuuteen liittyviä tottumuksia ja valintoja. - Opitaan arvioimaan ja perustelemaan omia terveyteen ja turvallisuuteen liittyviä tottumuksia ja valintoja. | <ul style="list-style-type: none"> - Terveystottumukset - Terveysvalinnat - Koettu terveys - Oma terveys ja voimavarat (esim. tiedot, taidot ja tahto, terveyden eri ulottuvuudet konkreettisesti) | <p>Kulttuurinen osaaminen, vuorovaikutus ja ilmaisu (L2)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Oman kehon arvostaminen ja hallitseminen <p>Itsestä huolehtiminen ja arjen taidot (L3)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Omaa terveyttä sekä hyvinvointia edistävien ja kulluttavien tekijöiden tunnistaminen - Terveyttä edistävät toimintatavat - Vastuullinen toiminta, vastuu itsestä - Ennakointi ja vaaratilanteiden välttäminen <p>Monilukutaito (L4)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tiedon tulkitsemisen taidot | |

| | | | | |
|--|---|---|--|--|
| | | <ul style="list-style-type: none"> - Harjaannutaan pohtimaan omalle terveydelle merkityksellisiä voimavaroja. | (Terveystottumukset ja -valinnat seitsemännen luokan sisältöjen pohjalta) | <p>Osallistuminen, vaikuttaminen ja kestävän tulevaisuuden rakentaminen (L7)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Omien näkemysten rakentava ilmaiseminen |
| | <p>T8 ohjata oppilasta tunnistamaan ja tarkastelemaan kriittisesti terveyteen ja sairauteen liittyviä ilmiöitä, niihin liittyviä arvoja ja normeja sekä arvioimaan tiedon luotettavuutta ja merkitystä</p> | <p>S1-S3</p> <ul style="list-style-type: none"> - Opitaan tunnistamaan terveystottumusten omaksumiseen vaikuttavia tekijöitä. - Opitaan arvioimaan terveyteen liittyvän tiedon luotettavuutta. - Tiedostetaan erilaisia terveyteen ja sairauteen liittyviä ilmiöitä. | <ul style="list-style-type: none"> - Terveystottumuksiin liittyvät ajankohtaiset ilmiöt, jotka liittyvät seitsemännen luokan oppisisältöihin (esim. sähkö-tupakka) - Terveyteen liittyvän tiedon luotettavuuden arvioiminen - Terveystottumusten omaksuminen (esim. tiedot, taidot ja tahto, ympäristö) | <p>Ajattelu ja oppimaan oppiminen (L1)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Argumentaatio- ja päättelytaitojen kehittäminen <p>Kulttuurinen osaaminen, vuorovaikutus ja ilmaisu (L2)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Mediaympäristön analysoiminen ja median vaikutus terveysviestinnässä <p>Itsestä huolehtiminen ja arjen taidot (L3)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Terveyteen liittyvän mainosviestinnän analyttinen tarkastelu, kriittisyys - Ristiriitaisen tiedon käsittely <p>Monilukutaito (L4)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kriittinen lukutaito <p>Tieto- ja viestintäteknologinen osaaminen (L5)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lähdekriittisyys <p>Työelämätaidot ja yrittäjyys (L6)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Johtopäätösten tekeminen - Uusien ratkaisujen löytäminen <p>Osallistuminen, vaikuttaminen ja kestävän tulevaisuuden rakentaminen (L7)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Omien tekojen merkitys itselle ja muille |
| <p style="writing-mode: vertical-rl; transform: rotate(180deg);">Terveys, yhteisöt, yhteiskunta ja kulttuuri</p> | <p>T9 ohjata oppilasta ymmärtämään ympäristön, yhteisöjen, kulttuurin, ja tieto- ja viestintäteknologian merkitystä terveydelle ja hyvinvoinnille</p> | <p>S3</p> <ul style="list-style-type: none"> - Opitaan tiedostamaan sekä median että tieto- ja viestintäteknologian merkitys terveydelle. - Tiedostetaan yhteisöjen merkitys terveydelle ja hyvinvoinnille. | <ul style="list-style-type: none"> - Terveys ja media (esim. sosiaalinen media, ikärajat, mediataidot, medialukutaito, mainonnan vaikutuskeinot) - Turvataidot tieto- ja viestintäteknologian käytössä - Ergonomia - Erilaisten yhteisöt ja terveys | <p>Monilukutaito (L4)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Viestien ja viestinnän moniulotteisuus ja monipuolisuus <p>Tieto- ja viestintäteknologinen osaaminen (L5)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tvt-taitojen hyödyntämismahdollisuudet - Turvallinen ja vastuullinen tv:n käyttö - Terveelliset ja ergonomiset työtavat <p>Osallistuminen, vaikuttaminen ja kestävän tulevaisuuden rakentaminen (L7)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Omien valintojen ja tekojen merkitys lähiyhteisölle, yhteiskunnalle ja luonnolle |
| | <p>T10 ohjata oppilasta luomaan perustaa opiskelu-, toiminta- ja työkyvylle ja sen ylläpitämiselle sekä kuvaamaan terveyspalvelujen asianmukaista käyttöä</p> | <p>S1, S2</p> <ul style="list-style-type: none"> - Hahmotetaan ja opetellaan tunnistamaan erilaisia opiskelu-, toiminta- ja työkykyä edistäviä keinoja. | <ul style="list-style-type: none"> - Turvataidot avun hakemisen kannalta - Opiskelu-, toiminta- ja työkyvyn ylläpitäminen - Kouluterveydenhuolto | <p>Ajattelu ja oppimaan oppiminen (L1)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Myönteiset opiskelukokemukset - Vastuullinen toiminta - Omien ajattelu- ja työtapojen merkitys tulevaisuudelle |

| | | | | |
|--|--|--|--|---|
| | | <ul style="list-style-type: none"> - Tutustutaan oman koulun ja kunnan terveystaloihin. | <ul style="list-style-type: none"> - Riippuvuuksien ehkäisy ja hoito (terveyspalvelut) | <p>Itsestä huolehtiminen ja arjen taidot (L3)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Omaa terveyttä sekä hyvinvointia edistävien ja kulluttavien tekijöiden tunnistaminen - Terveyttä edistävät toimintatavat |
| <p>T11 ohjata oppilasta ymmärtämään ja arvioimaan perheen ja omaan elämäntapaan kuuluvien ihmisten ja yhteisöjen edustajia terveystaloihin, tunnistamaan niiden merkitystä itselle sekä muodostamaan kuvaa itselle sopivista oppimisen keinoista</p> | <p>S1-S3</p> <ul style="list-style-type: none"> - Laajennetaan terveystaloihin tarkastelua perheeseen, läheisiin ja lähiyhteisöön, ja pyritään ymmärtämään sekä arvioimaan niiden merkitystä itselle ja omalle hyvinvoinnille. - Opitaan tunnistamaan itselle sopivia oppimisen keinoja. | <ul style="list-style-type: none"> - Perhe, yhteisöt ja yhteiskunta terveyden ja turvallisuuden ylläpitäjinä ja edistäjinä (sekä mahdollisesti heikentäjinä) - Mielekäs vapaa-ajan toiminta - Oppimisen keinot | <p>Ajattelu ja oppimaan oppiminen (L1)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Myönteiset oppimiskokemukset - Vastuullinen toiminta - Oppimisprosessin kokonaisuus - Oppimis- ja opiskelustrategioiden tunnistaminen ja kehittäminen - Kannustaminen ja tukeminen - Monipuoliset oppimis- ja opetusmenetelmät <p>Kulttuurinen osaaminen, vuorovaikutus ja ilmaisu (L2)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lähiympäristössä ilmenevien arvojen tunnistaminen <p>Itsestä huolehtiminen ja arjen taidot (L3)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Omaa terveyttä sekä hyvinvointia edistävien ja kulluttavien tekijöiden tunnistaminen <p>Osallistuminen, vaikuttaminen ja kestävä tulevaisuuden rakentaminen (L7)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Valmiuksia omien opiskelutapojen arviointiin | |
| <p>T12 tukea oppilaan valmiuksia arvioida kriittisesti terveyden ja sairautteen liittyvää viestintää sekä eritellä yksilön oikeuksia, vastuita ja vaikuttamiskeinoja terveyttä ja turvallisuutta koskevissa asioissa omassa oppimisympäristössä ja lähiyhteisössä</p> | <p>S3</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tarkastellaan sekä erilaisia terveyden liittyviä tietolähteitä että terveystaloihin ja vaikuttamisen keinoja. - Perehdytään yksilön oikeuksiin ja vastuisiin terveyden ja turvallisuuden osalta. - Opitaan arvioimaan terveyden liittyvän viestinnän luotettavuutta ja merkitystä. - Ymmärretään elämäntapojen seuraukset sekä toisille että itselle. | <ul style="list-style-type: none"> - Kriittinen terveyden lukutaito - Yksilön oikeudet terveyttä ja turvallisuutta koskevissa asioissa (esim. ihmisoikeudet, YK:n lapsen oikeuksien sopimus) - Vastuullisuus ja vastuullinen toiminta terveyden ja turvallisuuden liittyvissä asioissa (esim. toisen kunnioittaminen) | <p>Ajattelu ja oppimaan oppiminen (L1)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Vastuullinen toiminta - Ristiriitaisen tiedon käsitteleminen - Eettinen ajattelu (mm. oikea ja väärä, eettisen toiminnan periaatteet) - Argumentaatio- ja päättelytaitojen kehittäminen <p>Kulttuurinen osaaminen, vuorovaikutus ja ilmaisu (L2)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ihmisoikeuksien kunnioittaminen <p>Itsestä huolehtiminen ja arjen taidot (L3)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Vastuu itsestä ja toisista - Terveyden liittyvän mainosviestinnän analyttinen tarkastelu, kriittisyys <p>Monilukutaito (L4)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kriittinen lukutaito <p>Tieto- ja viestintäteknologinen osaaminen (L5)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Monipuolinen tiedonhankinta - Lähdekriittisyys | |

| | | | | |
|--|--|--|--|---|
| | | | | <p>Työelämätaidot ja yrittäjyys (L6)</p> <ul style="list-style-type: none">- Johtopäätösten tekeminen <p>Osallistuminen, vaikuttaminen ja kestävä tulevaisuuden rakentaminen (L7)</p> <ul style="list-style-type: none">- Erialaisten toimintatapojen oikeutus- Omien tekojen merkitys itselle ja lähiyhteisölle |
|--|--|--|--|---|

TERVEYSTIETO 8.Ik

Terveystiedon tavoitteet, tavoitetarkennukset, sisältötarkennukset paikallisine painotuksineen ja laaja-alainen osaaminen

Tavoitteiden rakenne: **opettajan toiminta** + **oppilaan toiminta** + **asiat tai ilmiöt, joiden parissa työskennellään**

| Opetuksen tavoitteet | Tavoitetarkennukset | Sisältötarkennukset ja paikalliset painotukset | Laaja-alainen osaaminen | |
|-----------------------------------|--|---|---|---|
| Terveyttä tukeva kasvu ja kehitys | T1 ohjata oppilasta ymmärtämään terveyden laaja-alaisuutta, terveyden edistämistä sekä elämänkulkua, kasvua ja kehitystä voimavaralähtöisesti | S1-S3 <ul style="list-style-type: none"> - Laajennetaan terveys-käsityksen moniulotteisuutta. - Ymmärretään terveyden edistäminen käsitteenä sekä tiedostetaan keinoja terveyden edistämiseen. | <ul style="list-style-type: none"> - Terveyden edistäminen - Terveyteen vaikuttavat tekijät - Terveyden lukutaito, terveysosaaminen (Edellä mainitut asiat kahdeksannen luokan sisältöjen, esim. seksuaaliterveyden, osalta) | Ajattelu ja oppimaan oppiminen (L1) <ul style="list-style-type: none"> - Myönteiset oppimiskokemukset (psyykkinen terveys) Itsestä huolehtiminen ja arjen taidot (L3) <ul style="list-style-type: none"> - Omaa ja yhteistä terveyttä sekä hyvinvointia edistävien ja kuluttavien tekijöiden tunnistaminen - Terveyttä edistävät toimintatavat Osallistuminen, vaikuttaminen ja kestävän tulevaisuuden rakentaminen (L7) <ul style="list-style-type: none"> - Menneisyyden, nykyisyyden ja tulevaisuuden väliset yhteydet |
| | T2 ohjata oppilasta kehittämään valmiuksiaan tunne- ja vuorovaikutustaidoissa ja kykyä toimia erilaisissa ristiriita- ja kriisitilanteissa | S1 <ul style="list-style-type: none"> - Kehitetään taitoa toimia erilaisissa vuorovaikutustilanteissa. - Syvennetään taitoja tuottaa erilaisia ratkaisuja ristiriita- ja ongelmatilanteiden rakentavaan käsittelyyn. | <ul style="list-style-type: none"> - Sosiaaliset taidot - Empatia - Kuunteleminen - Vuorovaikutustilanteissa toimiminen (Edellä mainitut asiat kahdeksannen luokan sisältöjen, esim. seksuaaliterveyden, osalta) | Kulttuurinen osaaminen, vuorovaikutus ja ilmaisu (L2) <ul style="list-style-type: none"> - Ihmisoikeudet (muiden kunnioittaminen ja arvostava kohtaaminen erilaisissa vuorovaikutustilanteissa) - Keskustelutaidot Itsestä huolehtiminen ja arjen taidot (L3) <ul style="list-style-type: none"> - Hyvät tavat - Sosiaalisten taitojen harjoittelu - Ristiriitaisten tunteiden ja ajatusten kohtaaminen ja hallinta Osallistuminen, vaikuttaminen ja kestävän tulevaisuuden rakentaminen (L7) <ul style="list-style-type: none"> - Omien näkemysten rakentava ilmaiseminen - Erilaisten toimintatapojen oikeutuksen pohtiminen eri näkökulmista - Neuvotteleminen, sovittelu, ristiriitojen ratkaiseminen |
| | T3 ohjata oppilasta kehittämään itsetuntemustaan, omien | S1 | <ul style="list-style-type: none"> - Sosiaaliset taidot - Kuunteleminen | Ajattelu ja oppimaan oppiminen (L1) <ul style="list-style-type: none"> - Opiskelutavoitteiden asettaminen |

| | | | |
|--|--|--|---|
| <p>arvojen ja asenteiden sekä kehon ja mielen viestien tunnistamista ja säätelyä käyttäytymistään, oppimistaan ja opiskeluaan tukevia tekijöitä</p> | <ul style="list-style-type: none"> - Syvennetään tietämystä ja osaamista erilaisista kehon ja mielen viestien tunnistamisesta. - Kehitetään käyttäytymisen, oppimisen ja opiskelun säätelyä tukevia tekijöitä. | <ul style="list-style-type: none"> - Vuorovaikutustilanteissa toimiminen (Kehon viestit ja niiden tunnistaminen kahdeksannen luokan oppisisältöjen pohjalta) | <ul style="list-style-type: none"> - Opiskeluun liittyvien tehtävien suunnitteleminen, työskentelyn ja oppimisen etenemisen arvioiminen - Opiskelu- ja oppimisstrategioiden tunnistaminen ja kehittäminen - Tukeminen ja kannustaminen - Itsensä kuunteleminen <p>Itsestä huolehtiminen ja arjen taidot (L3)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Vastuullinen toiminta ja vastuun kantaminen <p>Monilukutaito (L4)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Moniaistillisuus oppimisessa <p>Työelämätaidot ja yrittäjyys (L6)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Käyttäytyminen, vuorovaikutus ja yhteistyötaidot - Toiminnallisuus - Oppimisprosessien haltuunottaminen - Omien taipumusten, vahvuuksien ja kiinnostuksen kohteiden tunnistaminen ja kehittäminen |
| <p>T4 ohjata oppilasta pohtimaan yksilöllisyyteen, yhteisöllisyyteen ja yhdenvertaisuuteen liittyviä kysymyksiä terveyden näkökulmasta sekä tukea oppilaan valmiuksia luoda vastuullisia ratkaisuja ihmisten välisissä vuorovaikutustilanteissa</p> | <p>S1, S3</p> <ul style="list-style-type: none"> - Syvennetään ymmärrystä kansalaisten yhdenvertaisuudesta, osallisuudesta sekä ihmisoikeuksien kunnioittamisesta. - Laajennetaan tietoa ja taitoa yhdessä toimimiseen ja vuorovaikutukseen liittyvien eettisten kysymysten ja tilanteiden nimeämisessä ja kuvaamisessa. - Kehitetään entisestään turvataitoja. | <ul style="list-style-type: none"> - Erilaisuuden kohtaaminen (esim. seksuaalinen suuntautuminen) - Nuorten seksuaalioikeudet - Turvataidot - Itsemääräämisoikeus - Yhdenvertaisuus - Toisen kunnioittaminen - Vastuullinen toiminta ja vastuun kantaminen (esim. seurustelu ja erilaiset vuorovaikutustilanteet) | <p>Ajattelu ja oppimaan oppiminen (L1)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Asioiden näkeminen toisen silmin - Oikean ja väärän tiedostaminen sekä pohtiminen - Eettisen toiminnan periaatteet <p>Kulttuurinen osaaminen, vuorovaikutus ja ilmaisu (L2)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ihmisoikeuksien kunnioittaminen - Muiden arvostava kohteileminen <p>Itsestä huolehtiminen ja arjen taidot (L3)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Vastuu itsestä ja muista - Hyvät tavat - Yksityisyyden ja henkilökohtaisten rajojen suojaamisen valmiudet <p>Osallistuminen, vaikuttaminen ja kestävän tulevaisuuden rakentaminen (L7)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Erilaisten toimintatapojen oikeutus - Omien valintojen ja tekojen merkitys itselle ja muille |

| | | | | |
|--|---|--|---|---|
| Terveyttä tukevat ja kuluttavat tekijät sekä sairauksien ehkäisy | <p>T5 ohjata oppilasta syventämään ymmärrystään fyysisestä, psyykkisestä ja sosiaalisesta terveydestä ja niitä vahvistavista ja vaarantavista tekijöistä ja mekanismeista sekä tukea oppilaan valmiuksia käyttää näihin liittyviä käsitteitä asianmukaisesti</p> | <p>S1-S3</p> <ul style="list-style-type: none"> - Syvennetään osaamista fyysisestä terveydestä ja sitä tukevista sekä vaarantavista tekijöistä. - Syvennetään osaamista psyykkisestä ja sosiaalisesta terveydestä ja sitä tukevista sekä vaarantavista tekijöistä. - Tiedostetaan fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen terveyden välisiä yhteyksiä ja syy- ja seuraussuhteita. - Harjaannutaan terveyteen ja sairauteen liittyvien keskeisten käsitteiden täsmällisessä käytössä. | <ul style="list-style-type: none"> - Fyysinen terveys ja sitä vahvistavat ja vaarantavat tekijät (ks. alla olevat tekijät) - Ravitsemus (mm. ateriarytmi, ravitsemussuositukset, ruokakolmio, ravintoaineet, vastuulliset ruokavalinnat, erityisruokavaliot, ravitsemuksen ongelmat) - Päihteet (alkoholi) - Seksuaaliterveys - Täsmälliset ja asianmukaiset käsitteet <p>(Psyykinen ja sosiaalinen terveys kahdeksannen luokan sisältöjen pohjalta)</p> | <p>Ajattelu ja oppimaan oppiminen (L1)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Itseluottamus <p>Kulttuurinen osaaminen, vuorovaikutus ja ilmaisu (L2)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kulttuurit, uskonnot ja ravitsemus <p>Itsestä huolehtiminen ja arjen taidot (L3)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Omaa ja yhteistä terveyttä sekä hyvinvointia edistävien ja kuluttavien tekijöiden tunnistaminen - Terveyttä edistävät toimintatavat - Monipuolinen ravinto - Päihteettömyys |
| | <p>T6 tukea oppilaan kehittymistä terveyteen ja sairauteen liittyvän tiedon hankkijana ja käyttäjänä sekä edistää valmiuksia toimia tarkoituksenmukaisesti terveyteen, turvallisuuteen ja sairauksiin liittyvissä tilanteissa</p> | <p>S2, S3</p> <ul style="list-style-type: none"> - Harjaannutetaan terveyteen liittyvän luotettavan tiedon hakemista erilaisista lähteistä. - Laajennetaan terveyteen liittyvän luotettavan tiedon hyödyntämistä. - Harjaannutetaan ensiaputaitoja. - Laajennetaan tuen ja avun hakemisen periaatteita ensiapuun ja seksuaaliterveyteen. - Tiedostetaan turvallisuustaitojen ja -valmiuksien merkitys. - Opitaan ehkäisemään tapaturmia. | <ul style="list-style-type: none"> - Turvallisuustaidot - Turvallisuusvalmiudet - Turvallinen toiminta liikenteessä, vesillä ja jäällä - Ensiaputaidot (mm. tyrehtyttäminen, sitominen, elvyttäminen, kylkiasento, hätäilmoitus) - Tavanomaiset ensiapua vaativat tapaturmat ja tilanteet (esim. pyörtyminen, haavat ja verenvuodot, revähdykset, murtumat, palovammat, pälletumat, sokki) - Seksuaaliterveys (sukupuolitaudit, ehkäisy) - Terveyteen liittyvän tiedon hakeminen erilaisista lähteistä | <p>Itsestä huolehtiminen ja arjen taidot (L3)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Vastuu itsestä ja muista, vastuullinen toiminta - Terveyttä ja turvallisuutta edistävien toimintatapojen harjaannuttaminen - Ennakointi ja vaaratilanteiden välttäminen - Vastuullinen liikennekäyttäytyminen - Tarkoituksenmukaiset toimintatavat onnettomuustilanteissa - Turvavarusteet ja päihteettömyys liikenteessä <p>Tieto- ja viestintäteknologinen osaaminen (L5)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Monipuolinen tiedonhankinta - Lähdekriittisyys <p>Työelämätaidot ja yrittäjyys (L6)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ennakointi <p>Osallistuminen, vaikuttaminen ja kestävän tulevaisuuden rakentaminen (L7)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Omien tekojen merkitys itselle ja muille - Menneisyyden, nykyisyyden ja tulevaisuuden väliset yhteydet (esim. sukupuolitaudit) |

| | | | | |
|--|---|---|---|--|
| | | <ul style="list-style-type: none"> - Tutustutaan keskeisiin ja ajankohtaisiin seksuaaliterveyteen liittyviin tartuntatauteihin. | <ul style="list-style-type: none"> - Terveyteen liittyvän tiedon luotettavuuden arvioiminen kahdeksannen luokan oppisällöissä | |
| <p>T7 ohjata oppilasta tunnistamaan ja arvioimaan omia terveyteen ja turvallisuuteen liittyviä tottumuksiaan, valintojaan ja niiden perusteluja sekä rohkaista oppilasta pohtimaan oman terveyden kannalta merkityksellisiä voimavaroja</p> | <p>S1, S2</p> <ul style="list-style-type: none"> - Opitaan tunnistamaan ja tiedostamaan omia terveyteen ja turvallisuuteen liittyviä tottumuksia ja valintoja. - Opitaan arvioimaan ja perustelemaan omia terveyteen ja turvallisuuteen liittyviä tottumuksia ja valintoja. - Harjaannutaan pohtimaan omalle terveydelle merkityksellisiä voimavaroja. | <ul style="list-style-type: none"> - Terveystottumukset - Terveysvalinnat - Oma terveys ja voimavarat (Terveystottumukset ja -valinnat kahdeksannen luokan sisältöjen pohjalta, esim. ravitseminen ja seksuaaliterveys) | <p>Kulttuurinen osaaminen, vuorovaikutus ja ilmaisu (L2)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Arvot - Kulttuurin merkitys omalle hyvinvoinnille - Oman kehon arvostaminen ja hallitseminen <p>Itsestä huolehtiminen ja arjen taidot (L3)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Omaa terveyttä sekä hyvinvointia edistävien ja kulluttavien tekijöiden tunnistaminen - Terveyttä edistävät toimintatavat - Vastuullinen toiminta, vastuu itsestä - Ennakointi ja vaaratilanteiden välttäminen <p>Monilukutaito (L4)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tiedon tulkitsemisen taidot - Omien näkemysten ilmaiseminen | |
| <p>T8 ohjata oppilasta tunnistamaan ja tarkastelemaan kriittisesti terveyteen ja sairauteen liittyviä ilmiöitä, niihin liittyviä arvoja ja normeja sekä arvioimaan tiedon luotettavuutta ja merkitystä</p> | <p>S1-S3</p> <ul style="list-style-type: none"> - Laajennetaan taitoa tunnistaa terveystottumusten omaksumiseen vaikuttavia tekijöitä. - Harjaannutetaan taitoja ja tietoja arvioida terveyteen liittyvän tiedon luotettavuutta. - Perehdytään erilaisiin terveyteen ja sairauteen liittyviin ilmiöihin kahdeksannen luokan sisältöjen pohjalta. | <ul style="list-style-type: none"> - Terveystottumusten omaksuminen (esim. etiikka tai uskonto ja ruoka, seksuaalinen käyttäytyminen) - Terveystottumuksiin liittyvät ajankohtaiset ilmiöt (esim. energijuomat, ortoreksia, tautoinnit tai lävistyksen) <p>(Terveyteen liittyvän tiedon luotettavuuden arvioiminen kahdeksannen luokan oppisällöissä)</p> | <p>Ajattelu ja oppimaan oppiminen (L1)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Argumentaatio- ja päättelytaitojen kehittäminen <p>Kulttuurinen osaaminen, vuorovaikutus ja ilmaisu (L2)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Mediaympäristön analysoiminen ja median vaikutus terveysviestinnässä - Arvot <p>Itsestä huolehtiminen ja arjen taidot (L3)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Terveyteen liittyvän mainosviestinnän analyttinen tarkastelu, kriittisyys - Ristiriitaisen tiedon käsittely <p>Monilukutaito (L4)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kriittinen lukutaito <p>Tieto- ja viestintäteknologinen osaaminen (L5)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lähdekriittisyys <p>Työelämätaidot ja yrittäjyys (L6)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Johtopäätösten tekeminen - Uusien ratkaisujen löytäminen | |

| | | | | |
|---|---|--|--|---|
| Terveys, yhteisöt, yhteiskunta ja kulttuuri | <p>T9 ohjata oppilasta ymmärtämään ympäristön, yhteisöjen, kulttuurin, ja tieto- ja viestintätekniologian merkitystä terveydelle ja hyvinvoinnille</p> | S3 | Tämä sisältöalue painottuu seitsemännen ja yhdeksännen luokan terveystiedon opetuksessa. | Kulttuurinen osaaminen, vuorovaikutus ja ilmaisu (L2) Monilukutaito (L4) Tieto- ja viestintätekniologinen osaaminen (L5) Osallistuminen, vaikuttaminen ja kestävä tulevaisuuden rakentaminen (L7) |
| | <p>T10 ohjata oppilasta luomaan perustaa opiskelu-, toiminta- ja työkyvylle ja sen ylläpitämiseksi sekä kuvaamaan terveyspalvelujen asianmukaista käyttöä</p> | <p>S1, S2</p> <ul style="list-style-type: none"> - Monipuolistetaan erilaisia opiskelu-, toiminta- ja työkykyä edistäviä keinoja. - Laajennetaan tietämystä oman koulun, kunnan sekä sosiaali- ja terveystieteiden terveyspalveluista. - Opitaan tiedostamaan eri terveyspalvelujen käytön tarkoituksenmukaisuus. | <ul style="list-style-type: none"> - Terveyttä edistävät ja sairauksia ehkäisevät terveyspalvelut (mm. seksuaaliterveys-, ravitsemus- ja mielen-terveyspalvelut) - Sairauksien hoitaminen eri terveyspalveluissa - Oman lähialueen terveyspalvelut (esim. Eksote) - Turvataidot avun hakemisen kannalta - Opiskelu-, toiminta- ja työkyvyn edistäminen <p>(Terveyspalvelut kahdeksannen luokan sisältöjen pohjalta)</p> | <p>Ajattelu ja oppimaan oppiminen (L1)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Myönteiset opiskelukokemukset - Vastuullinen toiminta - Omien ajattelu- ja työtapojen merkitys tulevaisuudelle <p>Itsestä huolehtiminen ja arjen taidot (L3)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Omaan terveyttä sekä hyvinvointia edistävien ja kulluttavien tekijöiden tunnistaminen - Terveyttä edistävät toimintatavat - Vastuullinen toiminta, vastuu itsestä <p>Työelämätaidot ja yrittäjyys (L6)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tutustuminen lähialueen terveyspalveluihin mahdollisuuksien mukaan |
| | <p>T11 ohjata oppilasta ymmärtämään ja arvioimaan perheen ja omaan elämäntilanteeseen kuuluvien ihmisten ja yhteisöjen edustamia terveyskäsitteitä, tunnistamaan niiden merkitystä itselle sekä muodostamaan kuvaa itselle sopivista oppimisen keinoista</p> | <p>S1-S3</p> <ul style="list-style-type: none"> - Laajennetaan terveyskäsitteiden tarkastelua perheeseen, läheisiin ja lähiyhteisöön, ja pyritään ymmärtämään sekä arvioimaan niiden merkitystä itselle ja omalle hyvinvoinnille. | <ul style="list-style-type: none"> - Perhe, yhteisöt ja yhteiskunta terveyden ja turvallisuuden ylläpitäjinä ja edistäjinä (sekä mahdollisesti heikentäjinä) kahdeksannen luokan oppisisällöissä (esim. mielenterveys, ravitsemus, seksuaaliterveys, alkoholi ja ensiapu) | <p>Kulttuurinen osaaminen, vuorovaikutus ja ilmaisu (L2)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lähiympäristössä ilmenevien arvojen tunnistaminen <p>Itsestä huolehtiminen ja arjen taidot (L3)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Omaan terveyttä sekä hyvinvointia edistävien ja kulluttavien tekijöiden tunnistaminen |
| | <p>T12 tukea oppilaan valmiuksia arvioida kriittisesti terveyden ja sairautteen liittyvää viestintää sekä eritellä yksilön oikeuksia, vastuita ja vaikuttamiskeinoja terveyttä ja turvallisuutta kos-</p> | <p>S3</p> <ul style="list-style-type: none"> - Laajennetaan osaamista arvioida terveyden liittyvän viestinnän luotettavuutta ja merkitystä. - Perehdytään yksilön oikeuksiin ja vastuisiin terveyden ja turvallisuuden osalta. | <ul style="list-style-type: none"> - Kriittinen terveyden lukutaito - Yksilön oikeudet terveyttä ja turvallisuutta koskeissa asioissa (esim. nuorten seksuaaliset oikeudet) - Vastuullisuus ja vastuullinen toiminta terveyden ja turvallisuuden liittyvissä asioissa | <p>Ajattelu ja oppimaan oppiminen (L1)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Vastuullinen toiminta - Eettinen ajattelu (mm. oikea ja väärä, eettisen toiminnan periaatteet) <p>Kulttuurinen osaaminen, vuorovaikutus ja ilmaisu (L2)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ihmisoikeuksien kunnioittaminen <p>Itsestä huolehtiminen ja arjen taidot (L3)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Vastuu itsestä ja toisista |

| | | | | |
|--|--|--|---|---|
| | <p>kevissa asioissa omassa oppimisympäristössä ja lähiyhteisössä</p> | <p>- Ymmärretään elämäntapojen itselle ja seuraukset toisille.</p> | <p>(esim. toisen kunnioittaminen, seurustelusuhteet, ensiaputaidot, liikennekäyttäytyminen) (Terveysteen liittyvän viestinnän luotettavuuden arviointi kahdeksannen luokan sisältöjen pohjalta)</p> | <p>Monilukutaito (L4)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kriittinen lukutaito <p>Tieto- ja viestintäteknologinen osaaminen (L5)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Monipuolinen tiedonhankinta - Lähdekriittisyys <p>Työelämätaidot ja yrittäjyys (L6)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Johtopäätösten tekeminen <p>Osallistuminen, vaikuttaminen ja kestävä tulevaisuuden rakentaminen (L7)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Erialaisten toimintatapojen oikeutus - Omien tekojen merkitys itselle ja lähiyhteisölle |
|--|--|--|---|---|

TERVEYSTIETO 9.Ik

Terveystiedon tavoitteet, tavoitetarkennukset, sisältötarkennukset paikallisine painotuksineen ja laaja-alainen osaaminen

Tavoitteiden rakenne: **opettajan toiminta** + **oppilaan toiminta** + **asiat tai ilmiöt, joiden parissa työskennellään**

| Opetuksen tavoitteet | Tavoitetarkennukset | Sisältötarkennukset ja paikalliset painotukset | Laaja-alainen osaaminen | |
|-----------------------------------|--|--|--|--|
| Terveyttä tukeva kasvu ja kehitys | T1 ohjata oppilasta ymmärtämään terveyden laaja-alaisuutta, terveyden edistämistä sekä elämänkulkua, kasvuja kehitystä voimavaralähtöisesti | S1-S3 <ul style="list-style-type: none"> Syvennetään terveys-käsityksen laaja-alaisuutta. Syvennetään näkemystä terveyden edistämisestä sekä terveyden edistämisen keinoista. | <ul style="list-style-type: none"> Koettu terveys Terveyden edistäminen Terveyteen vaikuttavat tekijät Terveyden lukutaito, terveysosaaminen (Terveyden edistämistä ja terveyteen vaikuttavia tekijöitä käsitellään yhdeksännen luokan sisältöalueiden, esim. itsehoidon, ympäristöterveyden, mielenterveyden ja kansansairauksien pohjalta) | Kulttuurinen osaaminen, vuorovaikutus ja ilmaisu (L2) <ul style="list-style-type: none"> Hyvinvoinnin kulttuurinen aspekti Itsestä huolehtiminen ja arjen taidot (L3) <ul style="list-style-type: none"> Omaa ja yhteistä terveyttä sekä hyvinvointia edistävien ja kuluttavien tekijöiden tunnistaminen Terveyttä edistävät toimintatavat Osallistuminen, vaikuttaminen ja kestävä tulevaisuuden rakentaminen (L7) <ul style="list-style-type: none"> Vastuun merkitys elämänsä eri vaiheissa |
| | T2 ohjata oppilasta kehittämään valmiuksiaan tunne- ja vuorovaikutustaidoissa ja kykyä toimia erilaisissa ristiriita- ja kriisitilanteissa | S1 <ul style="list-style-type: none"> Tiedostetaan stressin ja kriisin käsittelykeinoja. Osataan kuvata erilaisia tapoja selvitä elämän haastavista tilanteista. Opitaan käsitteet kehityskriisi, elämänsä kriisi ja äkillinen kriisi. Syvennetään ymmärrystä käsitteestä turvaverkko. Perehdytään kriisien ratkaisukeinoihin. | <ul style="list-style-type: none"> Kriisit (kehityskriisi ja elämänsä kriisi) Äkillinen kriisi ja sen vaiheet Turvaverkko Stressi Turvataidot | Kulttuurinen osaaminen, vuorovaikutus ja ilmaisu (L2) <ul style="list-style-type: none"> Empatia Itsestä huolehtiminen ja arjen taidot (L3) <ul style="list-style-type: none"> Ristiriitaisten tunteiden ja ajatusten kohtaaminen ja hallinta Osallistuminen, vaikuttaminen ja kestävä tulevaisuuden rakentaminen (L7) <ul style="list-style-type: none"> Erilaisten toimintatapojen oikeutuksen pohtiminen eri näkökulmista Ristiriitojen ratkaiseminen Omien tekojen merkitys itselle ja lähiyhteisölle |
| | T3 ohjata oppilasta kehittämään itsetuntemustaan, omien arvojen ja asenteiden sekä kehon ja mielen viestien tunnistamista | S1 <ul style="list-style-type: none"> Opitaan tunnistamaan erilaisia kehon ja mielen viestejä. Opitaan selittämään käsitteet arvo ja asenne sekä | <ul style="list-style-type: none"> Arvot, arvovalinnat Asenteet, ennakkoluulot Kehon ja mielen viestit ja niiden tunnistaminen yhdeksännen luokan oppisisältöjen pohjalta | Ajattelu ja oppimaan oppiminen (L1) <ul style="list-style-type: none"> Opiskelutavoitteiden asettaminen Opiskeluun liittyvien tehtävien suunnitteleminen, työskentelyn ja oppimisen etenemisen arvioiminen Opiskelu- ja oppimisstrategioiden kehittäminen |

| | | | | |
|--|---|---|---|--|
| | <p>mista ja säätelemään käyttäytymistään, oppimistaan ja opiskeluun tukevia tekijöitä</p> | <p>osataan kuvata niiden merkitys terveyden kannalta.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Syvennetään käyttäytymisen, oppimisen ja opiskelun säätelyä tukevia tekijöitä. | | <ul style="list-style-type: none"> - Tukeminen ja kannustaminen - Itsensä kuunteleminen <p>Itsestä huolehtiminen ja arjen taidot (L3)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Vastuullinen toiminta ja vastuun kantaminen <p>Työelämätaidot ja yrittäjyys (L6)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Oppimisprosessien haltuunottaminen - Omien taipumusten, vahvuuksien ja kiinnostuksen kohteiden tunnistaminen ja kehittäminen |
| | <p>T4 ohjata oppilasta pohtimaan yksilöllisyyteen, yhteisöllisyyteen ja yhdenvertaisuuteen liittyviä kysymyksiä terveyden näkökulmasta sekä tukea oppilaan valmiuksia luoda vastuullisia ratkaisuja ihmisten välisissä vuorovaikutustilanteissa</p> | <p>S1, S3</p> <ul style="list-style-type: none"> - Laajennetaan ymmärrystä kansalaisten osallisuudesta, yhdenvertaisuudesta sekä ihmisoikeuksien kunnioittamisesta - Syvennetään turvataitotietämystä. | <ul style="list-style-type: none"> - Turvataidot (avun hakeminen mielenterveyteen ja eril. sairauksiin liittyen) - Itsemääräämisoikeus - Terveydenhuolto (yhdenvertaisuus) | <p>Kulttuurinen osaaminen, vuorovaikutus ja ilmaisu (L2)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ihmisoikeuksien kunnioittaminen - Muiden arvostava kohtelemine <p>Itsestä huolehtiminen ja arjen taidot (L3)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Vastuu itsestä ja muista - Yksityisyyden ja henkilökohtaisten rajojen suojaamisen valmiudet |
| <p>Terveyttä tukevat ja kuluttavat tekijät sekä sairauksien ehkäisy</p> | <p>T5 ohjata oppilasta syventämään ymmärrystään fyysisestä, psyykkisestä ja sosiaalisesta terveydestä ja niitä vahvistavista ja vaarantavista tekijöistä ja mekanismeista sekä tukea oppilaan valmiuksia käyttää näihin liittyviä käsitteitä asianmukaisesti</p> | <p>S1-S3</p> <ul style="list-style-type: none"> - Syvennetään osaamista fyysisestä terveydestä ja sitä tukevista sekä vaarantavista tekijöistä. - Syvennetään osaamista psyykkisestä terveydestä ja sitä tukevista sekä vaarantavista tekijöistä. - Syvennetään osaamista sosiaalisesta terveydestä ja sitä tukevista sekä vaarantavista tekijöistä. - Osataan kuvata fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen terveyden välisiä yhteyksiä ja syy- ja seuraussuhteita. - Harjaannutaan terveyteen ja sairauteen liittyvien keskeisten käsitteiden täsmällisessä käytössä. | <ul style="list-style-type: none"> - Fyysinen terveys ja sitä vahvistavat ja vaarantavat tekijät (mm. päihteistä huumeet ja lääkkeet sekä kansansairaudet) - Psyykinen terveys ja sitä vahvistavat ja vaarantavat tekijät (mm. stressi, kriisit, turvaverkko, syömishäiriöt, mielenterveyden häiriöt) - Sosiaalinen terveys ja sitä vahvistavat ja vaarantavat tekijät (mm. ihmissuhteet ja vuorovaikutustaidot sairauksien ennaltaehkäisyssä ja hoidossa) - Ympäristöterveys - Kulttuuri ja terveys - Täsmälliset ja asianmukaiset käsitteet | <p>Ajattelu ja oppimaan oppiminen (L1)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Itseluottamus <p>Itsestä huolehtiminen ja arjen taidot (L3)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Omaa ja yhteistä terveyttä sekä hyvinvointia edistävien ja kuluttavien tekijöiden tunnistaminen - Terveyttä edistävät toimintatavat - Päihteettömyys <p>Monilukutaito (4)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kriittinen lukutaito - Kulttuurinen lukutaito - Oman kehon lukutaito (esim. kehon viestien tunnistaminen) |

| | | | |
|--|---|---|---|
| <p>T6 tukea oppilaan kehittämistä terveyteen ja sairauteen liittyvän tiedon hankkijana ja käyttäjänä sekä edistää valmiuksia toimia tarkoituksenmukaisesti terveyteen, turvallisuuteen ja sairauksiin liittyvissä tilanteissa</p> | <p>S2, S3</p> <ul style="list-style-type: none"> - Opitaan itsehoidon alkeita. - Tutustutaan tavanomaisimpiin kansantauteihin. - Tutustutaan keskeisiin ja ajankohtaisiin tartuntatauteihin. - Perehdytään lääkehoidon periaatteisiin. - Syvennetään tuen ja avun hakemiseen liittyviä tietoja ja taitoja erityisesti kansansairauksiin ja tartuntatauteihin liittyvissä asioissa. - Monipuolistetaan terveyteen liittyvän luotettavan tiedon hakemista erilaisista lähteistä. - Syvennetään luotettavan terveystiedollisen tiedon hallintaa ja käyttämistä. | <ul style="list-style-type: none"> - Itsehoito - Lääkkeet - Kansantauti käsitteenä ja tavanomaisimmat kansantaudit (esim. tuki- ja liikuntaelinsairaudet, diabetes, sydän- ja verisuonisairaudet, syöpä, mielen häiriöt, astma) - Tartuntataudit (mm. influenssa, flunssa) - Muut oireet (mm. päänsärky, allergiat) - Rokotus - Tuen ja avun hakeminen (mm. tukiverkko) <p>(Terveyteen liittyvän tiedon hakeminen erilaisista lähteistä ja tiedon luotettavuuden arviointi yhdeksännen luokan sisältöjen pohjalta)</p> | <p>Kulttuurinen osaaminen, vuorovaikutus ja ilmaisu (L2)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Mediaympäristön analysoiminen ja median vaikutus terveysviestinnässä <p>Itsestä huolehtiminen ja arjen taidot (L3)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Vastuu itsestä ja muista, vastuullinen toiminta - Terveyttä ja turvallisuutta edistävien toimintatapojen harjaannuttaminen - Ennakointi ja vaaratilanteiden välttäminen <p>Tieto- ja viestintäteknologinen osaaminen (L5)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Monipuolinen tiedonhankinta - Lähdekriittisyys <p>Työelämätaidot ja yrittäjyys (L6)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ennakointi <p>Osallistuminen, vaikuttaminen ja kestävän tulevaisuuden rakentaminen (L7)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Omien tekojen merkitys itselle ja muille - Menneisyyden, nykyisyyden ja tulevaisuuden väliset yhteydet (esim. kansantaudit) |
| <p>T7 ohjata oppilasta tunnistamaan ja arvioimaan omia terveyteen ja turvallisuuteen liittyviä tottumuksiaan, valintojaan ja niiden perusteluja sekä rohkaista oppilasta pohtimaan oman terveyden kannalta merkityksellisiä voimavaroja</p> | <p>S1, S2</p> <ul style="list-style-type: none"> - Syvennetään tietämystä omista terveyteen ja turvallisuuteen liittyvistä tottumuksista ja valinnoista. - Arvioidaan perustellen omia terveyteen ja turvallisuuteen liittyviä tottumuksia ja valintoja. - Pohtimaan omalle terveydelle merkityksellisiä voimavaroja. | <ul style="list-style-type: none"> - Terveystottumukset - Terveysvalinnat - Koettu terveys - Oma terveys ja voimavarat (esim. tiedot, taidot ja tahto, terveyden eri ulottuvuudet konkreettisesti, omat arvot) <p>(Edellä mainitut asiat yhdeksännen luokan sisältöjen, esim. kansansairauksien ja ympäristöterveyden, pohjalta)</p> | <p>Kulttuurinen osaaminen, vuorovaikutus ja ilmaisu (L2)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Arvot - Oman kehon arvostaminen ja hallitseminen <p>Itsestä huolehtiminen ja arjen taidot (L3)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Oma terveyttä sekä hyvinvointia edistävien ja kulluttavien tekijöiden tunnistaminen - Terveyttä edistävät toimintatavat - Vastuullinen toiminta, vastuu itsestä |
| <p>T8 ohjata oppilasta tunnistamaan ja tarkastelemaan kriittisesti terveyteen ja sairauteen liittyviä ilmiöitä, niihin liittyviä</p> | <p>S1-S3</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tiedostetaan erilaisia terveyteen ja sairauteen liittyviä ilmiöitä. | <ul style="list-style-type: none"> - Terveystottumuksiin liittyvät ajankohtaiset ilmiöt (esim. pandemiat, epidemiat) | <p>Ajattelu ja oppimaan oppiminen (L1)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Argumentaatio- ja päättelytaitojen kehittäminen <p>Monilukutaito (L4)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kriittinen lukutaito <p>Tieto- ja viestintäteknologinen osaaminen (L5)</p> |

| | | | | |
|--|--|--|---|---|
| | <p>arvoja ja normeja sekä arvioimaan tiedon luotettavuutta ja merkitystä</p> | <ul style="list-style-type: none"> - Tunnistamaan terveystottumusten omaksumiseen vaikuttavia tekijöitä. - Syvennetään tiedon luotettavuuden arvioimisen tietoja ja taitoja. | <ul style="list-style-type: none"> - Sairauksiin liittyvät ajankohittaiset ilmiöt (esim. medikaalisatiao tai lääkkeenomaiset tuotteet) - Terveystottumusten omaksuminen (esim. tiedot, taidot ja tahto, ympäristö) <p>(Terveystottumusten liittyvän tiedon luotettavuuden arvioiminen yhdeksännen luokan sisällöissä)</p> | <ul style="list-style-type: none"> - Lähdekriittisyys <p>Työelämätaidot ja yrittäjyys (L6)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Johtopäätösten tekeminen - Uusien ratkaisujen löytäminen <p>Osallistuminen, vaikuttaminen ja kestävä tulevaisuuden rakentaminen (L7)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Omien tekojen merkitys itselle ja muille |
| <p>Terveys, yhteisöt, yhteiskunta ja kulttuuri</p> | <p>T9 ohjata oppilasta ymmärtämään ympäristön, yhteisöjen, kulttuurin, ja tieto- ja viestintätekniikan merkitystä terveydelle ja hyvinvoinnille</p> | <p>S3</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tarkastellaan elinympäristön terveysvaikutuksia. - Perehdytään ympäristön suoriin ja epäsuoriin terveysriskeihin. - Pohditaan kulttuurin terveyttä edistävää merkitystä ja kulttuurista herkkyyttä. - Syvennetään kestävä elämäntavan tietämystä. | <ul style="list-style-type: none"> - Ympäristöterveys (huom! erilaiset ympäristöt) - Suorat ympäristötekijät - Epäsuorat ympäristötekijät - Ilmanpuhtaus ja sen vaikutus terveyteen - Veden puhtaus ja sen vaikutus terveyteen - Ruoan puhtaus ja sen vaikutus terveyteen - Matkailijan terveys - Erilaiset säteilyt ja niiden vaikutus terveyteen - Melu ja sen vaikutus terveyteen - Kulttuuri ja terveys | <p>Kulttuurinen osaaminen, vuorovaikutus ja ilmaisu (L2)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kulttuuri ja terveys - Elinympäristön arvostaminen - Taiteen, kulttuurin ja kulttuuriperinnön merkitys yksilöiden ja yhteisöjen hyvinvoinnille <p>Monilukutaito (L4)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kulttuurin ja ympäristön lukutaito <p>Osallistuminen, vaikuttaminen ja kestävä tulevaisuuden rakentaminen (L7)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Yhteiskuntaa rakentavan osallistumisen keinot terveyden näkökulmasta (esim. ympäristötoiminta, vapaaehtoistyö, kansalaisjärjestöt, julkinen sektori) - Omien valintojen ja tekojen merkitys lähiyhteisölle, yhteiskunnalle ja luonnolle - Toimintatapoja kestävä hyvinvoinnin edistämiseksi - Yhteisöllisyyden kehittäminen |
| | <p>T10 ohjata oppilasta luomaan perustaa opiskelu-, toiminta- ja työkyvylle ja sen ylläpitämiselle sekä kuvaamaan terveyspalvelujen asianmukaista käyttöä</p> | <p>S1, S2</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tutustutaan oman koulun, kunnan sekä sosiaali- ja terveyspiirin terveyspalveluihin. - Opitaan tiedostamaan eri terveyspalvelujen käytön tarkoituksenmukaisuus. | <ul style="list-style-type: none"> - Terveystottumusten omaksuminen (terveydenhuollon portaat) - Terveystottumusten edistävät ja sairauksia ehkäisevät terveyspalvelut. - Sairauksien hoitaminen eri terveyspalveluissa. - Oman lähialueen terveyspalvelut (esim. Eksote) | <p>Ajattelu ja oppimaan oppiminen (L1)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Myönteiset opiskelukokemukset - Vastuullinen toiminta - Omien ajattelu- ja työtapojen merkitys tulevaisuudelle <p>Itsestä huolehtiminen ja arjen taidot (L3)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Oma terveyttä sekä hyvinvointia edistävien ja kulluttavien tekijöiden tunnistaminen - Terveystottumusten edistävät toimintatavat |

| | | | | |
|--|-------|---|---|--|
| | | <ul style="list-style-type: none"> - Syvennetään opiskelu-, toiminta- ja työkykyä ylläpitäviä toimia. | <ul style="list-style-type: none"> - Kolmas sektori ja terveystalvet - Turvataidot avun hakemisen kannalta - Opiskelu-, toiminta- ja työkyky | <ul style="list-style-type: none"> - Oman oppimisympäristön havainnointi terveyden näkökulmasta - Vastuullinen toiminta, vastuu itsestä <p>Työelämätaidot ja yrittäjyys (L6)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tutustuminen lähialueen terveystalvetuihin mahdollisuuksien mukaan |
| <p>T11 ohjata oppilasta ymmärtämään ja arvioimaan perheen ja omaan elämänpäiriin kuuluvien ihmisten ja yhteisöjen edustamia terveystalvetiä, tunnistamaan niiden merkitystä itselle sekä muodostamaan kuvaa itselle sopivista oppimisen keinoista</p> | S1-S3 | | Tämä sisältöalue painottuu seitsemännän ja kahdeksannen luokan terveystiedon opetuksessa. | <p>Ajattelu ja oppimaan oppiminen (L1)</p> <p>Kulttuurinen osaaminen, vuorovaikutus ja ilmaisu (L2)</p> <p>Itsestä huolehtiminen ja arjen taidot (L3)</p> <p>Osallistuminen, vaikuttaminen ja kestävän tulevaisuuden rakentaminen (L7)</p> |
| <p>T12 tukea oppilaan valmiuksia arvioida kriittisesti terveyden ja sairauten liittyvää viestintää sekä eritellä yksilön oikeuksia, vastuita ja vaikuttamiskeinoja terveyttä ja turvallisuutta koskevissa asioissa omassa oppimisympäristössä ja lähiyhteisössä</p> | S3 | <ul style="list-style-type: none"> - Laajennetaan ja syvennetään tietämystä sosiaalisesta kestävydestä sekä vastuullisesta kuluttamisesta. - Tarkastellaan sekä erilaisia terveyden liittyviä tietolähteitä että terveystalvetmarkkinoinnin ja vaikuttamisen keinoja. - Perehdytään yksilön oikeuksiin, vastuisiin ja vaikuttamiskeinoihin terveyden ja turvallisuuden osalta. - Ymmärretään elämäntapojen merkitys ympäristön terveydelle. | <ul style="list-style-type: none"> - Vastuullisuus ja vastuullinen toiminta terveyden ja turvallisuuden liittyvissä asioissa (esim. vastuullinen kuluttaminen, ympäristöstä huolehtiminen) - Kriittinen terveyden lukutaito - Terveystalvetmarkkinointi - Turvallisen terveystiedon hakeminen (esim. luotettavat lähteet) - Yksilön oikeudet ja vastuut terveyttä ja turvallisuutta koskevissa asioissa (mm. eettisyys, oikeus terveystalvetuihin) - Vaikuttamiskeinot terveyden ja turvallisuuden liittyvissä asioissa (esim. kansalaistoiminta) | <p>Ajattelu ja oppimaan oppiminen (L1)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Vastuullinen toiminta - Ristiriitaisen tiedon käsitteleminen - Eettinen ajattelu (mm. oikea ja väärä, eettisen toiminnan periaatteet) <p>Kulttuurinen osaaminen, vuorovaikutus ja ilmaisu (L2)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kulttuurinen kestävyys - Ihmisoikeuksien kunnioittaminen <p>Itsestä huolehtiminen ja arjen taidot (L3)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Terveyden liittyvän mainosviestinnän analyttinen tarkastelu, kriittisyys <p>Monilukutaito (L4)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kriittinen lukutaito <p>Tieto- ja viestintäteknologinen osaaminen (L5)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Monipuolinen tiedonhankinta - Lähdekriittisyys <p>Osallistuminen, vaikuttaminen ja kestävän tulevaisuuden rakentaminen (L7)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Erilaisten toimintatapojen oikeutus - Omien tekojen merkitys itselle ja lähiyhteisölle - Aktiivinen toimijuus terveyden edistämässä |

Terveystiedon oppimisympäristöihin ja työtapoihin liittyvät tavoitteet vuosiluokilla 7–9

”Erilaisia työtapoja hyödyntävä tutkiva oppiminen, arjen terveystietojen käsitteleminen ja ajankohtaisuuden huomioiminen luovat perustaa oppimiselle, osaamisen soveltamiselle sekä kriittisen ajattelun ja oppimisen taitojen kehittymiselle.

Ilmiölähtöisyyden avulla oppilaita rohkaistaan omien tietojen ja kokemusten esiintuomiseen, kysymysten esittämiseen ja vastausten etsimiseen, tietojen jäsentämiseen, joihin päätösten tekemiseen ja niiden perustelemiseen. Oppilaita ohjataan eri tekijöiden merkityksellisyyden arviointiin sekä laajempien asiakokonaisuuksien hahmottamiseen. Aktiivinen toiminta, tavoitteellisuus ja pohtiva työskentely kehittävät sekä eettisiä valmiuksia että tunne-, vuorovaikutus-, ajattelu- ja yhteistyötaitoja.

Monipuolisen fyysisen ympäristön lisäksi terveystiedon keskeisiä oppimisympäristöjä ovat ihmisten väliset vuorovaikutustilanteet, yhteisöt ja sähköiset ympäristöt. Oppimisympäristöjä ja työtapoja valitessa tulee huomioida, että ne mahdollistavat tiedon rakentamisen yksin ja yhdessä, toiminnallisuuden, liikunnallisuuden, kokemuksellisuuden, draaman ja tarinoiden käytön sekä terveyteen yhteydessä olevien ilmiöiden tutkimisen mahdollisimman luonnollisissa tilanteissa ja ympäristöissä.

Oman oppimisympäristön aktiivinen havainnointi, oppilaiden mukaan ottaminen oppimisympäristöjen ja työtapojen valintaan sekä voimavaralähtöinen terveyden ja turvallisuuden edistäminen tarjoavat mahdollisuuksia terveysosaamisen harjoittelulle ja soveltamiselle kouluyhteisössä. Ne tukevat samalla yhteenkuuluvuutta, yhteisöllistä hyvinvointia ja osallisuutta omassa opetusryhmässä ja koko kouluyhteisössä.” (OPS 2014, 401.)

Terveystiedon opetuksessa hyödynnetään monipuolisesti erilaisia oppimisympäristöjä ja työtapoja. Yllä on kuvattu kattavasti terveystiedon oppimisympäristöjen ja työtapojen mahdollisuudet terveystietojen ja -taitojen opettamisessa ja oppimisessa. Korostetusti voidaan nostaa esiin tieto- ja viestintäteknologian käytön tehostaminen, kriittisen medialukutaidon harjaannuttaminen sekä lähiympäristön ja -yhteisön havainnointi osallistavuuden ja toiminnallisuuden ohella. Tietojen ja taitojen oppimisessa korostuu reflektointi sekä yksilö- että ryhmätasolla. Tunneilla harjoitellaan muiden kunnioittamista ja arvostamista sekä erilaisten ihmisten kanssa toimeen tulemistä. Kulttuurinen kestävyys alaelementteineen syventää entisestään oppilaiden vastuullisuutta ja erilaisuuden hyväksymistä. Rohkaiseva, välittävä ja erehdyksistäkin oppiva työskentelyympäristö tukee oppimista.

Ohjaus, eriyttäminen ja tuki terveystiedossa vuosiluokilla 7–9

”Monet terveystiedon aihepiirit koskettavat oppilaiden kehitysvaihetta, yksilöllisiä kokemuksia ja elämäntilannetta. Opetuksessa ja työtapojen valinnassa otetaan huomioon oppilaiden kehitykseen, elämäntilanteeseen ja kulttuuriin liittyvät erityistarpeet. Oppilaita ohjataan ymmärtämään ja kunnioittamaan jokaisen oikeutta yksityisyyteen ja koskemattomuuteen itseään koskevilla terveyden ja sairauten liittyvissä kysymyksissä.

Opetus suunnitellaan siten, että se mahdollistaa yhteistyön eri oppiaineiden, kouluterveydenhuollon ja muun oppilashuollon kanssa ja tarjoaa mahdollisuuksia harjoitella ja soveltaa terveysosaamiseen eri osa-alueita osana yhteisöllistä oppilashuoltoa ja koulun toimintakulttuuria. Yhteistyöllä varmistetaan myös oppilaan tarvitsema henkilökohtainen tuki oppimiseen ja elämäntilanteeseen liittyvissä kysymyksissä.” (OPS 2014, 401.)

Oppimisen haasteissa siirrytään tietoa syventäen ja taitoja kasvattaen tutustuvalta portaalta harjoittelun kautta soveltavalle portaalle. Mitä, miksi ja miten -askelmat tukevat oppimisessa ja auttavat oivaltamaan syy-yhteyksiä. Tämän oppimisprosessin aikana vastuu, itsenäisyys ja luovuus lisääntyvät. Tavoitteena on kehittää oppilas itseohjautuvaksi ja oma-aloitteiseksi toimijaksi. Tällöin opettajan rooli opettamisessa ja ohjaamisessa vähenee. Ohjaamisen, eriyttämisen ja tuen tavoitteena on parantaa oppimista ja oppimisen syventymistä. Lisäksi niiden avulla pystytään kohottamaan itsetuntoa ja itseluottamusta. Tässä yhteydessä on olennaista varmistaa oppilaan realistinen kuva itsestä

oppijana. Tämän tiedostaminen helpottaa ohjaamisen, eriyttämisen ja tuen muotojen ja menetelmien valintaa tavoitteiden asettamisen ohella. Ohjaamisella, eriyttämisellä ja tuella pyritään myös opetustilanteiden toimivuuteen. Yhteisten pelisääntöjen noudattaminen helpottaa oppimis- ja opetusprosessia.

On muistettava, että oppilaat ovat yksilöitä, joiden lähtökohdat terveystiedon opiskeluun ja osaamisen kehittämiseen ovat erilaiset. Erilaiset oppimisvaikeudet, sosioemotionaaliset haasteet ja toiminnanohjauksen ongelmat voivat vaikeuttaa terveystiedon oppimisprosessien etenemistä. Näiden havaitseminen ja huomioiminen kuin myös heterogeenisten ryhmien ja oppilaiden tieto-taitotason vaihtelevuuden tiedostaminen vaativat joustavaa ja tarvittaessa myös eriyttävää opetuksellista ja ohjeuksellista lähestymistapaa. Yhteisöllinen toiminta tarjoaa mahdollisuuden erilaisten töiden ja tehtävien jakamiseen erilaisille oppilaille tasapuolisuutta ja yhdenvertaisuutta kunnioittaen. Eriytämisen tarpeesta, siihen johtaneista syistä sekä parannus- ja eriyttämiskeinoista on hyvä keskustella oppilaan kanssa. Tarvittaessa oppilas voidaan eriyttää määräajaksi muihin tehtäviin tai erityisopetukseen. Eriyttämiskäytännössä tehdään tarvittaessa yhteistyötä huoltajien kanssa.

Monikielisten oppilaiden tarvetta tukeen ja painotettuun ohjaukseen tulee tarkastella oppilaskohtaisesti. Näissä tilanteissa on mahdollisuus hyödyntää vertaisoppimista ja -ohjausta; eri kulttuureista tulevat oppilaat toimivat omien kulttuureidensa asiantuntijoita ja heidän tietämykselleen on mahdollista antaa tilaa oppimistilanteissa.

Oppilaan oppimisen ja osaamisen arviointi terveystiedossa vuosiluokilla 7–9

Terveystiedon arvioinnin kohteena on terveysosaamisen eri osa-alueiden arviointi. Arvioinnin ja palautteen tehtävänä on tukea oppimista ja kannustaa oppilaita kehittämään terveysosaamistaan sekä soveltamaan sitä arjessa. Oppilailla tulee olla mahdollisuus osoittaa osaamistaan monipuolisesti, opetuksen eri vaiheissa ja osaamisalueen ominaispiirteet huomioon ottaen. Oppimisen tukena käytetään myös itsearviointia ja vertaispalautetta. Terveystiedossa on erityisen tärkeitä huolehtia siitä, että arviointi ei kohdistu oppilaan arvoihin, asenteisiin, terveystietämiseen, sosiaalisuuteen, temperamenttiin tai muihin henkilökohtaisiin ominaisuuksiin. Eettistä pohdintaa ja itsetuntemusta koskevissa tavoitteissa kiinnitetään huomiota siihen, miten oppilas pohtii ja perustelee käsiteltävää aihetta terveyden näkökulmasta, tiedonalan käsitteitä ja erilaisia lähteitä käyttäen.

Päätösarviointi sijoittuu siihen lukuvuoteen, jona terveystiedon opiskelu päättyy kaikille yhteisenä oppiaineena vuosiluokilla 7, 8 tai 9 paikallisessa opetussuunnitelmassa päätetyn ja kuvattun tuntijaon mukaisesti. Päätösarviointi kuvaa sitä, kuinka hyvin ja missä määrin oppilas on opiskelun päättyessä saavuttanut terveystiedon oppimäärän tavoitteet. Päätösarvosanan muodostamisessa otetaan huomioon kaikki perusopetuksen opetussuunnitelman perusteissa määritellyt terveystiedon tavoitteet ja niihin liittyvät päätösarvioinnin kriteerit riippumatta siitä, mille vuosiluokalle 7, 8 tai 9 yksittäinen tavoite on asetettu paikallisessa opetussuunnitelmassa. Päätösarvosana on terveystiedon tavoitteiden ja kriteerien perusteella muodostettu kokonaisarviointi. Oppilas on saavuttanut oppimäärän tavoitteet arvosanan 5, 7, 8 tai 9 mukaisesti, kun oppilaan osaaminen vastaa pääosin kyseisen arvosanan kriteereissä kuvattua osaamisen tasoa. Arvosanojen 4, 6 ja 10 mukaisen osaamisen kokonaisarviointi muodostetaan terveystiedon oppimäärän tavoitteiden pohjalta ja suhteessa edellä mainittuihin päätösarvioinnin kriteereihin. Paremman osaamisen tason saavuttaminen jonkin tavoitteen osalta voi kompensoida hylätyn tai heikomman suoriutumisen jonkin muun tavoitteen osalta. Työskentelyn arviointi sisältyy terveystiedon päätösarviointiin ja siitä muodostettavaan päätösarvosanaan.

Oppilaan ohjaamisella terveystiedossa tarkoitetaan esimerkiksi suullisten lisäohjeiden antamista, ohjaavien kysymysten esittämistä, välineillä havainnollistamista tai vastaavien esimerkkien antamista. Kriteerikuvauksissa alempien arvosanojen osaamisen kuvaukset sisältyvät ylempien arvosanojen kuvauksiin.

| Opetuksen ta- voite | Sisältöalueet | Opetuksen ta- voitteista johde- tut oppimisen tavoitteet | Arvioinnin kohde | Osaamisen ku- vaus arvosanalle 5 | Osaamisen ku- vaus arvosanalle 7 | Osaamisen ku- vaus arvosanalle 8 | Osaamisen ku- vaus arvosanalle 9 |
|---|---------------|--|---|--|---|---|--|
| Terveyttä tukeva kasvu ja kehitys | | | | | | | |
| T1 ohjata oppi- lasta ymmärtä- mään terveyden laaja-alaisuutta, terveyden edistä- mistä sekä elä- mänkulkua, kas- vua ja kehitystä voimavaralähtöi- sesti | S1–S3 | Oppilas oppii tar- kastelemaan ter- veyden laaja- alai- suutta, terveyden edistämistä sekä elämänkulkua, kasvua ja kehitystä voimavaralähtöi- sesti. | Terveyteen liitty- vät käsitykset | Oppilas osaa ni- metä yksittäisen terveyden osa- alueen. Oppilas osaa ni- metä yksittäisen elämänkulun vai- heen. | Oppilas osaa ku- vata esimerkkien avulla terveyden osa-alueita ja nii- den välistä yh- teyttä sekä antaa esimerkin, mitä terveyden edistä- misellä tarkoi- taan. Oppilas osaa ku- vata jotakin elä- mänkulun vaihet- ta sekä nimetä nuoruuden kasvun ja kehityksen piirteitä. | Oppilas osaa ku- vata terveyden osa-alueet ja näiden välistä yhteyttä esi- merkkien avulla sekä kuvata esi- merkkien avulla, mitä terveyden edistämällä tarkoitetaan. Oppilas osaa ku- vata elämänku- lun vaiheita, eri- tyisesti nuoruu- den kehitystä, ja kuvata esimerk- kien avulla ter- veyden, kasvun ja kehityksen merki- tystä elämän voimavarana. | Oppilas osaa ku- vata terveyden osa-alueet ja se- littää niiden vä- lisiä syy-seuraus- suhteita sekä eri- tellä, mitä ter- veyden edistä- misellä tarkoi- tetaan. Oppilas osaa eri- tellä elämänku- lun eri vaiheet sekä arvioida terveyden mer- kitystä elämän voimavarana elämänkulun eri vaiheissa. |
| T2 ohjata oppi- lasta kehittä- mään valmiuksi- aan tunne- ja | S1 | Oppilas oppii hyö- dyntämään tunne- ja vuorovaikutus- taitoja sekä erilai- | Vuorovaikutus- ja tunnetaitojen sekä käyttäytymisen sääntelyn analy- sointi | Oppilas osaa ni- metä perus-tun- teita ja tietää, että ne vaikutta- | Oppilas osaa ni- metä perustun- teet sekä antaa joitakin esimerk- kejä tunteiden ja | Oppilas osaa ku- vata perus-tun- teiden lisäksi muita tunteita sekä antaa esi- | Oppilas osaa luoki- tella erilaisia tun- teita, analysoida niiden taustateki- jöitä sekä esitellä |

| | | | | | | | |
|---|---------------|--|---|--|--|---|---|
| <p>vuorovaikutus- taidoissa ja kykyä toimia eri- laisissa ristiriita- ja kriisitilan- teissa</p> | | <p>sia keinoja risti- riita- ja kriisitilan- teiden käsittelyyn</p> | | <p>vat käyttäytymi- seen.</p> <p>Oppilas osaa ni- metä ristiriitati- lanteita sekä stressin ja kriisien piirteitä.</p> | <p>käyttäytymisen välisestä vuorovai- kutuksesta.</p> <p>Oppilas osaa ni- metä keinoja ris- tiriitatilanteiden selvittämiseen ja stressin ja krii- sien käsittelyyn.</p> | <p>merkkejä tuntei- den ja käyttäy- tymisen välisestä vuorovaikutuk- sesta ja käyttäy- tymisen säätelys- tä.</p> <p>Oppilas osaa ku- vata keinoja ja ratkaisuja risti- riitatilanteiden selvittämiseen sekä stressin ja kriisien käsitte- lyyn.</p> | <p>kei-noja käyttäyty- misen ja vuoro- vaikutuksen säätelyyn.</p> <p>Oppilas osaa luo- kitella ristiriitati- lanteiden syitä ja esitellä perustel- tuja keinoja ja ratkaisuja ristiri- itatilanteiden sel- vittämiseen sekä stressin ja krii- sien käsittelyyn.</p> |
| <p>T3 ohjata oppil- asta kehittä- mään itsetunte- mustaan, omien arvojen ja asen- teiden sekä ke- hon ja mielen viestien tunnis- tamista ja sääte- lemään käyttäy- tymistään, oppi- mistaan ja opis- keluaan tukevia tekijöitä</p> | <p>S1</p> | <p>Oppilas oppii ke- hittämään itsetun- temustaan ja sää- telemään käyttäy- tymistään ja oppi- mistaan</p> | | <p><i>Ei käytetä arvosa- nan muodostumi- sen perusteena. Oppilasta ohja- taan pohtimaan kokemuksiaan osana itsearviointia.</i></p> | | | |
| <p>T4 ohjata oppi- lasta pohtimaan yksilöllisyyteen, yhteisöllisyy- teen ja yhden- vertaisuuteen liittyviä kysy-</p> | <p>S1, S3</p> | <p>Oppilas oppii poh- timaan yksilöllisyy- teen, yhteisöllisyy- teen ja yhdenver- taisuuteen liittyviä kysymyksiä ter- veyden näkökul-</p> | <p>Terveydellisen kehityksen analy- sointi ja toiminta vuorovaikutusti- lanteissa</p> | <p>Oppilas osaa ni- metä yksilöllisyy- teen vaikuttavia tekijöitä sekä an- taa yksittäisen esimerkin sosiaa- listen suhteiden</p> | <p>Oppilas osaa ku- vata yksilöllisyy- teen vaikuttavia tekijöitä sekä an- taa esimerkkejä sosiaalisten suh- teiden merkityk-</p> | <p>Oppilas osaa analysoida esi- merkkien avulla yksilölliseen ke- hitykseen liitty- viä kysymyksiä terveyden näkö-</p> | <p>Oppilas osaa ana- lysoida perustel- len yksilölliseen kehitykseen liit- tyviä kysymyksiä terveyden näkö- kulmasta ja arvi-</p> |

| | | | | | | | |
|--|--|---|--|--|---|---|---|
| myksiä terveyden näkökulmasta sekä tukea oppilaan valmiuksia luoda vastuullisia ratkaisuja ihmisten välisissä vuorovaikutustilanteissa | | masta sekä oppii luomaan vastuullisia ratkaisuja ihmisten välisissä vuorovaikutustilanteissa toimimiseen. | | yhteydestä mielen hyvinvointiin ja terveyteen. Oppilas osaa nimetä yhdessä toimimiseen ja vuorovaikutukseen liittyviä eettisiä kysymyksiä ja esittää niihin ohjatusti ratkaisuja. | sestä mielen hyvinvoinnille ja terveydelle. Oppilas osaa kuvata yhdessä toimimiseen ja vuorovaikutukseen liittyviä eettisiä kysymyksiä ja esittää niihin ratkaisuja. | kulmasta ja analysoida sosiaalisten suhteiden merkitystä mielen hyvinvoinnille ja terveydelle. Oppilas osaa analysoida yhdessä toimimiseen ja vuorovaikutukseen liittyviä eettisiä kysymyksiä ja esittää niihin vastuullisia ratkaisuja. | oida sosiaalisten suhteiden merkitystä mielen hyvinvoinnille ja terveydelle. Oppilas osaa arvioida yhdessä toimimiseen ja vuorovaikutukseen liittyviä eettisiä kysymyksiä sekä arvioida ja perustella niihin liittyviä ratkaisuja. |
|--|--|---|--|--|---|---|---|

Terveyttä tukevat ja kuluttavat tekijät ja sairauksien ehkäisy

| | | | | | | | |
|--|-------|---|---|---|---|---|--|
| T5 ohjata oppilasta syventämään ymmärrystä fyysisestä, psyykkisestä ja sosiaalisesta terveydestä sekä niitä vahvistavista ja vaarantavista tekijöistä ja mekanismeista sekä tukea oppilaan valmiuksia käyttää näihin liittyviä käsitteitä asianmukaisesti | S1–S3 | Oppilas oppii tarkastelemaan fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista terveyttä vahvistavia ja vaarantavia tekijöitä ja mekanismeja sekä oppii käyttämään niihin liittyviä käsitteitä asianmukaisesti. | Terveyteen vaikuttavien tekijöiden tunnistaminen ja terveyteen liittyvien käsitteiden käyttäminen | Oppilas osaa nimetä terveyttä tukevia ja vaarantavia tekijöitä. Oppilas osaa käyttää ohjatusti joitakin terveyteen ja sairauksen liittyviä käsitteitä. | Oppilas osaa kuvata terveyttä tukevia ja vaarantavia tekijöitä sekä näiden välisiä yhteyksiä pääpiirteissään. Oppilas osaa käyttää joitakin terveyteen ja sairauksen liittyviä käsitteitä asianmukaisesti. | Oppilas osaa analysoida terveyttä tukevia ja vaarantavia tekijöitä sekä kuvata näiden välisiä yhteyksiä. Oppilas osaa käyttää terveyteen ja sairauksen liittyviä käsitteitä pääosin asianmukaisesti. | Oppilas osaa analysoida ja arvioida terveyttä tukevia ja vaarantavia tekijöitä sekä selittää näiden välisiä syyseuraussuhteita. Oppilas osaa käyttää terveyteen ja sairauksen liittyviä käsitteitä asianmukaisesti. |
|--|-------|---|---|---|---|---|--|

| | | | | | | | |
|---|--------------|---|---|--|--|---|--|
| <p>T6 tukea oppilaan kehittymistä terveyteen ja sairauksen liittyvän tiedon hankkijana ja käyttäjänä sekä edistää valmiuksia toimia tarkoituksenmukaisesti terveyteen, turvallisuuteen ja sairauksiin liittyvissä tilanteissa</p> | <p>S2–S3</p> | <p>Oppilas oppii hakemaan ja käyttämään terveyteen ja sairauksen liittyvää tietoa sekä oppii toimimaan tarkoituksenmukaisesti terveyteen, turvallisuuteen ja sairauksiin liittyvissä tilanteissa.</p> | <p>Terveyteen, turvallisuuteen ja sairauksen liittyvien tietojen ja taitojen hallinta</p> | <p>Oppilas osaa hakea terveyteen liittyvää tietoa ohjatusti.</p> <p>Oppilas osaa nimetä jonkin toimintatavan liittyen itsehoitoon, avun hakemiseen sekä terveyttä ja turvallisuutta vaarantaviin tilanteisiin.</p> | <p>Oppilas osaa hakea terveyteen liittyvää tietoa muutamista lähteistä sekä käyttää tietoa paikoitellen asianmukaisesti.</p> <p>Oppilas osaa nimetä toimintatapoja itsehoitoon, avun hakemiseen ja terveyttä ja turvallisuutta vaarantaviin tilanteisiin liittyen.</p> | <p>Oppilas osaa hakea terveyteen liittyvää tietoa erilaisista lähteistä ja käyttää sitä pääosin asianmukaisesti.</p> <p>Oppilas osaa kuvata asianmukaisia toimintatapoja itsehoitossa, avun hakemisessa ja terveyttä ja turvallisuutta vaarantavissa tilanteissa.</p> | <p>Oppilas osaa hakea terveyteen liittyvää tietoa monipuolisesti eri tietolähteistä, muodostaa hakusanoja ja rajata tiedonhakuja sekä käyttää tietoa asianmukaisesti.</p> <p>Oppilas osaa arvioida erilaisia toimintatapoja itsehoitossa, avun hakemisessa ja terveyttä ja turvallisuutta vaarantavissa tilanteissa.</p> |
| <p>T7 ohjata oppilasta tunnistamaan ja arvioimaan omia terveyteen ja turvallisuuteen liittyviä tottumuksiaan, valintojaan ja niiden perusteluja sekä rohkaista oppilasta pohtimaan oman terveyden kannalta merkityksellisiä voimavaroja.</p> | <p>S1–S2</p> | <p>Oppilas oppii tunnistamaan ja arvioimaan omia terveyteen ja turvallisuuteen liittyviä tekijöitä sekä oppii pohtimaan oman terveyden kannalta merkityksellisiä voimavaroja.</p> | | <p><i>Ei käytetä arvosanan muodostumisen perusteena. Oppilasta ohjataan pohtimaan kokemuksiaan osana itsearviointia.</i></p> | | | |

| | | | | | | | |
|---|--------------|---|---|--|--|--|---|
| <p>T8 ohjata oppilasta tunnistamaan ja tarkastelemaan kriittisesti terveyteen ja sairauteen liittyviä ilmiöitä, niihin liittyviä arvoja ja normeja sekä arvioidaan tiedon luotettavuutta ja merkitystä</p> | <p>S1–S3</p> | <p>Oppilas oppii tunnistamaan ja tarkastelemaan kriittisesti terveyteen ja sairauteen liittyviä ilmiöitä sekä niihin liittyviä arvoja ja normeja sekä oppii arvioidaan tiedon luotettavuutta ja merkitystä.</p> | <p>Terveyteen ja sairauteen liittyvien ilmiöiden tarkastelu ja terveyteen liittyvän tiedon luotettavuuden arvioiminen</p> | <p>Oppilas osaa nimetä terveystotumusten omaksumiseen vaikuttavia tekijöitä sekä elämäntapoihin liittyviä eettisiä kysymyksiä ja antaa esimerkin elämäntapoihin liittyvien valintojen seurauksista.</p> <p>Oppilas osaa nimetä jonkin terveyteen liittyvän tiedon luotettavuutta kuvaavan tekijän.</p> | <p>Oppilas osaa kuvata terveystotumusten omaksumiseen vaikuttavia tekijöitä sekä elämäntapoihin liittyviä eettisiä kysymyksiä ja antaa esimerkkejä elämäntapoihin liittyvien valintojen seurauksista.</p> <p>Oppilas osaa arvioida ohjatusti terveyteen liittyvän tiedon luotettavuutta muutamien tiedon luotettavuutta kuvaavien tekijöiden pohjalta.</p> | <p>Oppilas osaa analysoida terveystotumusten omaksumiseen vaikuttavia tekijöitä ja selittää terveystotumuksiin liittyvien ilmiöiden muodostumista.</p> <p>Oppilas osaa kuvata elämäntapoihin liittyviä eettisiä kysymyksiä ja analysoida elämäntapoihin liittyvien valintojen seurauksia.</p> <p>Oppilas osaa arvioida terveyteen liittyvän tiedon luotettavuutta usean tiedon luotettavuutta kuvaavan tekijän pohjalta.</p> | <p>Oppilas osaa arvioida terveystotumusten omaksumiseen vaikuttavia tekijöitä ja selittää perustellen terveystotumuksiin liittyvien ilmiöiden muodostumista.</p> <p>Oppilas osaa analysoida elämäntapoihin liittyviä eettisiä kysymyksiä sekä arvioida perustellen elämäntapoihin liittyvien valintojen seurauksia.</p> <p>Oppilas osaa arvioida terveyteen liittyvän tiedon luotettavuutta ja käytettävyyttä eri näkökulmista.</p> |
|---|--------------|---|---|--|--|--|---|

Terveys, yhteisöt, yhteiskunta ja kulttuuri

| | | | | | | | |
|---|-----------|--|--|---|---|---|---|
| <p>T9 ohjata oppilasta ymmärtämään ympäristön, yhteisöjen, kulttuurin, ja tieto- ja viestintäteknologian</p> | <p>S3</p> | <p>Oppilas oppii tarkastelemaan ympäristön, yhteisöjen, kulttuurin, ja tieto- ja viestintäteknologian merki-</p> | <p>Ympäristön terveysvaikutusten hahmottaminen</p> | <p>Oppilas osaa nimetä elinympäristön aiheuttamia vaikutuksia terveyteen sekä yhteisöjen, kulttuurin tai tv:n</p> | <p>Oppilas osaa kuvata elinympäristön aiheuttamia vaikutuksia terveyteen sekä antaa esimerkkejä yhteisöjen,</p> | <p>Oppilas osaa analysoida elinympäristön aiheuttamia keskeisiä suoria ja epäsuoria vaikutuksia tervey-</p> | <p>Oppilas osaa arvioida elinympäristön aiheuttamia keskeisiä suoria ja epäsuoria vaikutuksia terveyteen sekä</p> |
|---|-----------|--|--|---|---|---|---|

| | | | | | | | |
|--|-------|--|--|--|---|--|---|
| merkitystä terveydelle ja hyvinvoinnille | | tystä terveydelle ja hyvinvoinnille. | | yhteyksiä terveyteen. | kulttuurin tai tvt:n yhteyksistä terveyteen. | teen sekä selittää yhteisöjen, kulttuurin ja tvt:n yhteyksiä terveyteen. | arvioida yhteisöjen, kulttuurin ja tvt:n yhteyksiä terveyteen. |
| T10 ohjata oppilasta luomaan perustaa opiskelu-, toiminta- ja työkyvylle ja sen ylläpitämiselle sekä kuvaamaan terveystalvelujen asianmukaista käyttöä | S1–S2 | Oppilas oppii luomaan perustaa opiskelu-, toiminta- ja työkyvylle ja sen ylläpitämiselle sekä oppii kuvaamaan terveystalvelujen asianmukaista käyttöä. | Työkyvyn edistämisen keinojen hahmottaminen | Oppilas osaa nimetä tekijöitä, jotka vaikuttavat opiskelu-, toiminta- ja työkykyyn. Oppilas osaa nimetä oman koulun ja kunnan terveystalveluja. | Oppilas osaa kuvata tekijöitä, jotka vaikuttavat opiskelu-, toiminta- ja työkykyyn. Oppilas osaa kuvata oman koulun ja kunnan terveystalveluja. | Oppilas osaa soveltaa tietoa tekijöistä, jotka vaikuttavat opiskelu-, toiminta- ja työkykyyn, esimerkiksi laatimalla niitä tukevan suunnitelman. Oppilas osaa kuvata yhteiskunnan erilaisia terveystalveluja ja antaa esimerkkejä siitä, miten niitä voi hyödyntää eri tilanteissa. | Oppilas osaa soveltaa ja arvioida tietoa tekijöistä, jotka vaikuttavat opiskelu-, toiminta- ja työkykyyn, esimerkiksi laatimalla niitä tukevan perustellun suunnitelman. Oppilas osaa kuvata ja arvioida yhteiskunnan erilaisia terveystalveluja ja miten niitä voi hyödyntää asianmukaisesti eri tilanteissa. |
| T11 ohjata oppilasta ymmärtämään ja arvioimaan perheen ja omaan elämäntilanteeseen kuuluvien ihmisten ja yhteisöjen edustajia terveystalveluja, tunnistaa niiden merki- | S1–S3 | Oppilas oppii tarkastelemaan perheen ja omaan elämäntilanteeseen kuuluvien ihmisten ja yhteisöjen edustajia terveystalveluja, tunnistaa niiden merki- | Terveystalvelujen arviointi sekä oppimista edistävien tekijöiden hahmottaminen | Oppilas osaa kuvata esimerkin avulla, miten perhe, lähiyhteisöt tai muut sosiaaliset yhteisöt vaikuttavat käsitukseen terveydestä. | Oppilas osaa kuvata esimerkkien avulla, miten perhe, lähiyhteisöt tai muut sosiaaliset yhteisöt vaikuttavat käsitukseen terveydestä, sekä tunnistaa niiden vai- | Oppilas osaa analysoida asianmukaisten esimerkkien avulla, miten perhe, lähiyhteisöt ja muut sosiaaliset yhteisöt vaikuttavat käsitukseen tervey- | Oppilas osaa arvioida, miten perhe, lähiyhteisöt ja muut sosiaaliset yhteisöt vaikuttavat käsitukseen terveydestä, sekä arvioida niiden merkitystä omille ter- |

| | | | | | | | |
|--|-----------|--|--|---|---|---|---|
| <p>tunnistamaan niiden merkitystä itselle sekä muodostamaan kuvaa itselle sopivista oppimisen keinoista.</p> | | <p>tystä itselle sekä oppii muodostamaan kuvaa itselle sopivista oppimisen keinoista.</p> | | <p>Oppilas osaa nimetä omaa oppimistaan tukevan tekijän.</p> | <p>kutuksen omiin terveyskäsitteisiin. Oppilas osaa nimetä omaa oppimistaan tukevia tekijöitä.</p> | <p>destä, sekä kuvata, mikä on niiden merkitys omille terveyskäsitteille. Oppilas osaa kuvata omaa oppimistaan tukevia tekijöitä.</p> | <p>veyskäsitteille. Oppilas osaa analysoida omaa oppimistaan tukevia tekijöitä.</p> |
| <p>T12 tukea oppilaan valmiuksia arvioida kriittisesti terveyteen ja sairauteen liittyvää viestintää sekä eritellä yksilön oikeuksia, vastuita ja vaikuttamiskeinoja terveyttä ja turvallisuutta koskevilla asioissa omassa oppimisympäristössä ja lähiyhteisössä</p> | <p>S3</p> | <p>Oppilas oppii arvioimaan kriittisesti terveyteen ja sairauteen liittyvää viestintää sekä oppii tarkastelemaan yksilön oikeuksia, vastuita ja vaikuttamiskeinoja terveyttä ja turvallisuutta koskevilla asioissa omassa oppimisympäristössä ja lähiyhteisössä.</p> | <p>Terveyteen liittyvän viestinnän arviointi sekä terveyteen ja turvallisuuden vaikutavien keinojen tunteminen</p> | <p>Oppilas osaa nimetä yksittäisen terveysviestinnän vaikutuskeinon tai luotettavuuden vaikuttavan tekijän. Oppilas osaa nimetä jonkin elämäntapojen seurauksen yhteiskunnalle tai ympäristön terveydelle tai turvallisuudelle. Oppilas osaa nimetä jonkin keinon, miten terveyteen ja turvallisuuden voidaan vaikuttaa lähiyhteisössä.</p> | <p>Oppilas osaa analysoida ohjatusti terveyteen liittyvän viestinnän vaikutuskeinoja ja luotettavuutta. Oppilas osaa kuvata elämäntapojen seurauksia toisille ihmisille, yhteiskunnalle tai ympäristön terveydelle ja turvallisuudelle. Oppilas osaa kuvata keinoja, miten terveyteen ja turvallisuuden voidaan vaikuttaa lähiyhteisössä.</p> | <p>Oppilas osaa analysoida terveyteen liittyvän viestinnän vaikutuskeinoja ja luotettavuutta. Oppilas osaa analysoida elämäntapojen seurauksia toisille ihmisille, yhteiskunnalle ja ympäristön terveydelle ja turvallisuudelle. Oppilas osaa analysoida keinoja, joilla terveyteen ja turvallisuuden voidaan vaikuttaa lähiyhteisössä.</p> | <p>Oppilas osaa arvioida terveyteen liittyvän viestinnän vaikutuskeinoja ja luotettavuutta. Oppilas osaa arvioida ja perustella elämäntapojen seurauksia toisille ihmisille, yhteiskunnalle ja ympäristön terveydelle ja turvallisuudelle. Oppilas osaa arvioida ja perustella keinoja, joilla lähiyhteisöjen ja ympäristön terveyteen ja turvallisuuden voidaan vaikuttaa.</p> |

Terveystiedossa arviointi kohdistuu *terveyteen liittyviin käsityksiin, vuorovaikutus- ja tunnetaitojen sekä käyttäytymisen säätelyn analysointiin, *terveydellisen kehityksen analysointiin ja toimintaan vuorovaikutustilanteissa, *terveyteen vaikuttavien tekijöiden tunnistamiseen ja terveyteen liittyvien käsitteiden käyttämiseen, *terveyteen, turvallisuuteen ja sairauteen liittyvien tietojen ja taitojen soveltamiseen, *terveyteen ja sairauteen liittyvien ilmiöiden tarkasteluun ja terveyteen liittyvän tiedon luotettavuuden arviointiin, *ympäristön terveysvaikutusten hahmottamiseen, *työkyvyn edistämisen keinojen hahmottamiseen, *terveyskäsitysten arviointiin sekä oppimista edistävien tekijöiden hahmottamiseen ja *terveyteen liittyvän viestinnän arviointiin sekä terveyteen ja turvallisuuteen vaikuttavien keinojen tuntemiseen. Arvioinnissa huomioidaan toiminnallisuus, yritteliäisyys, vastuullisuus ja tavoitteellisuus. Arviointi pohjautuu jatkuvaan näyttöön; oppilaan suunnittelu-, toiminta- ja arviointitaitoihin. Jatkuvan näytön ohella arvioinnissa käytetään tarvittaessa erilaisia arviointiin kohdennettuja yksilö- ja ryhmätehtäviä, kirjallisia, suullisia tai toiminnallisia testejä, käytännön osaamista mitattavia taitokokeita ja kotitehtäviä. Arviointivälineinä on mahdollista hyödyntää tieto- ja viestintätekniikkaa sekä laajenevaa oppimisteknologiaa. Arviointi on luonteeltaan monimuotoista, jatkuvaa, säännöllistä, ohjaavaa ja kannustavaa.

Opettajan palautteen ohella merkityksellisiä ovat sekä itsearviointi, vertaisarviointi että ryhmäarviointi. Itsearviointilla on merkittävä osa oppilaan oppimisen prosessissa, ja sen merkitys korostuu entisestään oppilaan ”tavoite-toiminta-arviointi” -periaatetta noudatettaessa. Opetuksessa vahvistetaan oppilaan taitoja arvioida omaa toimintaansa itse asetettujen tavoitteiden pohjalta. Oman oppimispolun dokumentointi mahdollistaa syvällisemmän oppimisen ja ajattelun reflektoinnin, jota on mahdollista hyödyntää sekä oppimisprosessin arvioinnissa että kurssiarvioinnissa. Oppimisen ymmärtämisen kannalta on tärkeä arvioida myös ilmiöpohjaisia, laaja-alaisia ja monialaisia oppimiskonaisuuksia.

Kurssin alussa oppilaiden toiveiden ja odotusten kartoittaminen osallistaa oppilaat opetuksen suunnitteluun. Opetuksen valtakunnallisista tavoitteista, keskeisistä sisältöalueista ja oppilaiden toiveista muodostuvien reunaehtojen myötä oppilaat pystyvät asettamaan itselleen oppimistavoitteita. Oppilaiden ottaminen mukaan opetus- ja oppimisprosessiin alusta lähtien sitouttaa oppilaita kokonaisvaltaisemmin toimintaan ja työskentelyyn. Terveystiedon opintojen alussa oppilaille ja heidän huoltajilleen tiedotetaan terveystiedon opetuksen tavoitteet, arviointiperusteet ja päättöarvioinnin kriteerit. Terveystiedon päättöarvosana muodostuu terveystiedon yhteisten opintojen päättövaiheessa osoitetusta kumuloituvasta osaamisesta. Terveystiedon päättöarvioinnin valtakunnalliset kriteerit on esitelty terveystiedon tavoite- ja sisältötaulukon yhteydessä yhdeksännen luokan kohdalla. Kaikille yhteinen terveystieto arvioidaan numeerisesti. Opintojen aikana on mahdollista käyttää suullista palautetta ja sanallista arviointia. Näiden avulla ohjataan oppimisprosessia kohdennetusti oppimistavoitteisiin nähden. Sanallinen arviointi ja suullinen palaute havainnollistavat yksityiskohtaisemmin oppimisen edistymistä.

Tehostetun ja erityisen tuen oppilaiden oppimistavoitteiden asettelussa ja arviointimenetelmien käytössä toimitaan joustavasti siten, että palautteella ja arvioinnilla kannustetaan ja tuetaan oppilaan realistisen kuvan ja käsityksen muodostumista omista terveystiedon tiedoista ja taidoista sekä niiden kehittymisestä. Jos oppilaalla on yksilöllistetty oppimissuunnitelma terveystiedossa, suunnitellaan arvioinnin tavoitteet, menetelmät ja toteutus yksilöllistetyksi.