

Terveystiedon opetuksen tavoitteet ja keskeiset sisällöt Raisiossa vuosiluokilla 7 – 9

Oppiaineen rakenne (tehtävä; oppimisympäristöt ja työtavat; ohjaus, eriyttäminen ja tuki; arviointi; sisältöalueet, tavoitteet ja niihin liittyvät laaja-alaisen osaamisen alueet)

Huom. Tarvittaessa kopioi linkki.

<https://eperusteet.opintopolku.fi/#/fi/perusopetus/419550/sisallot/478973?valittu=428781>

Opetuksen tavoitteet	S1-S3	7. luokka	8. luokka	9. luokka	L1-L7
Terveyttä tukeva kasvu ja kehitys					
T1 ohjata oppilasta ymmärtämään terveyden laaja-alaisuutta, terveyden edistämistä sekä elämän kulkua, kasvua ja kehitystä voimavaralähtöisesti.	S1-S3	Opitaan hahmottamaan terveyden osa-alueita (fyysinen, psyykinen ja sosiaalinen terveys), terveyden edistämisen ja sairauksien ehkäisyn näkökulmasta.	Perehdytään seksuaalisuuteen, seksuaalisuuden kehittymiseen ja sen monimuotoisuuteen sekä seksuaaliterveyden eri osa-alueisiin.	Hankitaan tietoa eri liikunta- ja harrastusmahdollisuuksista Raision alueella.	L1, L2, L3, L7
T2 ohjata oppilasta kehittämään valmiuksiaan tunne- ja vuorovaikutustaidoissa ja kykyä toimia erilaisissa ristiriita- ja kriisitilanteissa.	S1	Perehdytään ristiriitojen, ongelmatilanteiden, stressin ja kriisien rakentavaan käsittelyyn. (Ks. T4)			L2, L3, L4, L7
T3 ohjata oppilasta kehittämään itsetuntemustaan, omien arvojen ja asenteiden sekä kehon ja mielen viestien tunnistamista ja tunnistamaan ja säätelemään käyttäytymistään, oppimistaan ja opiskeluaan tukevia tekijöitä.	S1	Pohditaan identiteetin, minäkuvan ja itsetuntemuksen rakentumista, seksuaalista kehittymistä, huolenpidon sekä perheen läheisten merkitystä, mielen hyvinvointia ja itsensä arvostamista sekä turvataitoja.	Syvennetään tietoa nuoren mielenterveydestä. Tarkastellaan nuoren mielen pahoinvointia, riippuvuuksia sekä päihteitä ja niiden käytön ehkäisyä. Käsitellään turvallisuus- ja ensiaputaitoja, itsehoitoa sekä tuen ja avun hakemista.		L1, L3, L4, L6

T4 ohjata oppilasta pohtimaan yksilöllisyyteen, yhteisöllisyyteen ja yhdenvertaisuuteen liittyviä kysymyksiä terveyden näkökulmasta sekä tukea oppilaan valmiuksia luoda vastuullisia ratkaisuja ihmisten välisissä vuorovaikutustilanteissa.	S1, S3	Käsitellään vuorovaikutustilanteissa toimimista, tunteiden ilmaisua ja niiden säätelyä.	Pohditaan seksuaalista kehittymistä, itsensä ja toisen arvostamista ja vastuullisia valintoja muiden kanssa toimiessa.		L1, L2, L3, L4, L6, L7
Terveyttä tukevat ja kuluttavat tekijät sekä sairauksien ehkäisy					
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.	S1-S3	Tarkastellaan mielenterveyttä, hyvinvointia tukevia ympäristöjä ja yhteisöjä sekä mielekästä vapaa-ajan toimintaa sekä niiden yhteyttä fyysiseen ja sosiaaliseen terveyteen.	Tutustutaan eri ehkäisymenetelmiin ja käsitellään seksuaaliterveyttä vaarantavia tekijöitä kuten seksitaudit. (Ks. T1) Käsitellään riippuvuuden osa-alueita sekä syvennetään tietoa päihteistä.	Syvennetään tietoa ja ymmärrystä terveyttä tukevista voimavaroista ja sairauksia ehkäisevistä tekijöistä. Pohditaan terveyden vaara-tekijöitä, erityisesti liikkumattomuutta ja passiivista elämäntapaa. (Ks. T7)	L1, L2, L3, L4
T6 tukea oppilaan kehittymistä terveyteen ja sairauteen liittyvän tiedon hankkijana ja käyttäjänä sekä edistää valmiuksia toimia tarkoituksenmukaisesti terveyteen, turvallisuuteen ja sairauksiin liittyvissä tilanteissa.	S2, S3	Käsitellään opiskelu-, työ- ja toimintakykyä nuoruudessa. Pohditaan sosiaalista kestävyyttä. (Ks. T3)	Käsitellään turvallisuustaitoja ja -valmiuksia, ensiaputaitoja, itsehoitoa sekä tuen ja avun hakemista. Harjoitellaan tiedon etsimistä terveyspalveluihin liittyen.	Käsitellään ajankohtaisia tartuntatauteja, kansantauteja ja tapaturmia. Käsitellään keskeisiä terveyden edistämisen ja sairauksien ehkäisyn keinoja, terveys-palveluja, kansalaistoimintaa ja ympäristön terveysriskejä.	L2, L3, L5, L6, L7

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.	S1, S2	Pohditaan arjen taitoja ja omien valintojen merkitystä terveyteen ja toimintakykyyn (esim. vaatetus, hygienia).	Tutkitaan terveyttä ja hyvinvointia vahvistavia tottumuksia ja selviytymiskeinoja mm. mielihyvänlähteiden hahmottaminen.	Käsitellään liikkumattomuutta ja passiivista elämäntapaa terveysriskinä sekä arkirytmien ja ravitsemuksen merkitystä terveydelle.	L2, L3, L4, L7
T8 ohjata oppilasta tunnistamaan ja tarkastelemaan kriittisesti terveyteen ja sairauteen liittyviä ilmiöitä, niihin liittyviä arvoja ja normeja sekä arvioimaan tiedon luotettavuutta ja merkitystä.	S1-S3		Tutkitaan oppilaiden arkielämään liittyviä terveyteen vaikuttavia ajankohtaisia aiheita, esim. päihteet.	Tutkitaan oppilaiden arkielämään liittyviä terveyteen vaikuttavia ajankohtaisia aiheita, esim. ravitsemus.	L1-L7
Terveys, yhteisöt, yhteiskunta ja kulttuuri					
T9 ohjata oppilasta ymmärtämään ympäristön, yhteisöjen, kulttuurin ja tieto- ja viestintäteknologian merkitystä terveydelle ja hyvinvoinnille.	S3	Tutustutaan median esim. sosiaalisen median hyötyihin ja riskeihin.		Mietitään kulttuurin terveyttä edistävää merkitystä, kestäväää elämäntapaa, vastuullista kuluttamista, kansalaisten yhdenvertaisuutta sekä ihmisoikeuksien kunnioittaminen.	L2, L4, L5, L7
T10 ohjata oppilasta luomaan perustaa opiskelu-, toiminta- ja työkyvylle ja sen ylläpitämiselle sekä kuvaamaan terveyspalvelujen asianmukaista käyttöä.	S1, S2	Käsitellään terveyspalveluiden rakennetta Raision alueella. Tunnistetaan itsessä terveyteen liittyviä muutoksia ja tutustutaan näitä vastaaviin palveluihin, esim. mielenterveyspalvelut.	Käsitellään terveyspalveluiden rakennetta Raision alueella. Tunnistetaan itsessä terveyteen liittyviä muutoksia ja tutustutaan näitä vastaaviin palveluihin, esim. seksuaaliterveyspalvelut.	Syvennetään terveyspalveluihin liittyvää tietoa ja elämänhallinnallisia taitoja. Ymmärretään itseohjautuvuuden merkitys palveluihin hakeutumisessa. (Ks. T6)	L1, L3, L6

T11 ohjata oppilasta ymmärtämään ja arvioimaan perheen ja omaan elämänpiiriin kuuluvien ihmisten ja yhteisöjen edustamia terveyskäsitteitä, tunnistamaan niiden merkitystä itselle sekä muodostamaan kuvaa itselle sopivista oppimisen keinoista.	S1-S3			Seurataan ja arvioidaan omaan terveyteen liittyviä tietoja, esim. liikunta- tai ruokapäiväkirjan pitäminen. Tutustutaan ajankohtaisiin suosituksiin, kuten ravitsemus- ja käypähoitosuosituksiin.	L1, L2, L3, L7
T12 tukea oppilaan valmiuksia arvioida kriittisesti terveyteen ja sairauteen liittyvää viestintää sekä eritellä yksilön oikeuksia, vastuita ja vaikuttamiskeinoja terveyttä ja turvallisuutta koskeissa asioissa omassa oppimisympäristössä ja lähiyhteisöissä.	S3	Käsitellään erilaisia vaikuttamisen keinoja ja taitoja lähiympäristössä esim. luokassa tai koulussa.	Opetellaan käyttämään luotettavia tietolähteitä esim. ryhmätöitä tehdessä. Tarkastellaan nuorten seksuaalioikeuksia.	Tarkastellaan tietolähteitä, erilaisia terveystietokannojen ja vaikuttamisen keinoja tiedon luotettavuuden ja terveysvaikutusten näkökulmasta.	L1-L7