Luokka-aste 7

S1 Terveyttä tukeva kasvu ja kehitys

Opetuksessa tuodaan esille terveyden kolmiuloitteisuus (fyysinen, psyykkinen ja sosiaalinen terveys).

Oppilasta tulee auttaa nimeämään ja löytämään omia käytettävissä olevia voimavaroja, joilla hän voi edistää omaa hyvinvointiaan.

Selvittää elämänkulku ja siihen kuuluvat kehitysvaiheet.

Tunteiden tunnistamaminen ja nimeäminen sekä erilaisten tunteiden aiheuttamien reaktioiden tunnistaminen.

S2 Terveyttä tukevat ja kuluttavat tekijät sekä sairauksien ehkäisy

Opetuksessa tulee käsitellä terveelliset elämäntavat: arkirytmi, unen ja hygienian merkitys terveydelle, ravitsemus ja liikunta.

Mielihyvän käsitteleminen ja sen merkityksen ymmärtäminen sekä mielihyvää tuottavien tekijöiden nimeäminen.

Päihde-aihealueen monipuolinen läpikäyminen, riippuvuuksien käsittely sekä sen käsitteleminen, millainen vaikutus niillä on ihmisen terveyteen ja hyvinvointiin.

Turvallinen liikennekäyttäytyminen ja sen pohtiminen, kuinka voi omalta osaltaan edistää omaa ja toisten turvallisuutta liikenteessä.

Erilaisten tartuntatautien käsittely ja keinot niiden ehkäisemiseen.

S3 Terveys, yhteisöt, yhteiskunta ja kulttuuri

Opetellaan itsehoidon keinoja ja tutustutaan terveyspalveluiden käyttöön esimerkiksi yleisimpien tartuntatautien osalta.

Arvioidaan eri lähteistä löytyvän tiedon luotettavuutta erityisesti päihteitä koskevissa asioissa. Pohditaan median vaikutusta terveyteen elämäntapojen ja päihteiden käytön näkökulmasta.

Luokka-aste 8

S1 Terveyttä tukeva kasvu ja kehitys

Tunteiden ilmaisu ja ristiriitojen sekä kriisien käsittely ystävyys- ja seurustelusuhteissa.

Nuoruudelle tyypillisten kehitysvaihden käsitteleminen (etenkin murrosikä ja sen tuomat fyysiset, psyykkiset ja sosiaaliset muutokset).

Seksuaalisuuteen liittyvien asioiden kokonaisvaltainen käsittely.

Turvataitojen harjoitteleminen erilaisissa hätätilanteissa.

S2 Terveyttä tukevat ja kuluttavat tekijät sekä sairauksien ehkäisy

Seksuaaliterveyden eri osa-alueiden käsittely sekä seksuaalisen moninaisuuden käsitteleminen.

Yleisimpien sukupuolitautien ja niiltä suojautumisen käsittely.

Ajankohtaisten seksuaaliterveyteen liittyvien ilmiöiden pohtiminen ja tiedon luotettavuuden arvioinnin harjoitteleminen. Yleisimpien tapaturmien ja onnettomuuksien syiden käsittely sekä niiden ennaltaehkäisyn keinojen pohtiminen.

S3 Terveys, yhteisöt, yhteiskunta ja kulttuuri

Median vaikutus ihmisen minäkuvan muodostumiseen.

Tutustutaan terveyspalveluiden käyttöön seksuaaliterveyden näkökulmasta ja Harjoitellaan hälyttämään apua oikein.

Seksuaalioikeuksien käsittely.

Pohditaan keinoja vaikuttaa oman elinympäristön turvallisuuteen.

Koulukiusaamiseen ja turvalliseen kouluympäristöön liittyvien asioiden käsittely.

Luokka-aste 9

S1 Terveyttä tukeva kasvu ja kehitys

Terveysasioiden käsittely kokonaisvaltaisesti erityisesti mielenterveyden näkökulmasta.

Mielenterveyden merkitys sairauksia ennaltaehkäisevänä tekijänä.

Pohditaan, miten elämän kriisit muokkaavaat mielenterveyttä ja omaa minäkuvaa.

Stressin, sen ennaltaehkäisyn ja siitä selviämisen käsittely.

S2 Terveyttä tukevat ja kuluttavat tekijät sekä sairauksien ehkäisy

Ruoan vaikutus terveyteen erilaisten ruokavalioiden ja painnonhallinan näkökulmasta.

Mielenterveyden häiriöiden, syömishäiriöiden ja niiden ennaltaehkäisyn käsitteleminen.

Pohditaan keinoja mielenterveyden edistämiseen.

Käydään läpi miten ja mistä voi hakea apua jos oppilas kohtaa mielenterveys- tai syömishäiriöitä.

Suomalaisten ajankohtaisten kansantautien läpikäyminen; mistä niissä on kyse ja millaisilla valinnoilla voi edistää omaa terveyttään kansantautien näkökulmasta. Tarkastellaan median vaikutusta terveyteen.

S3 Terveys, yhteisöt, yhteiskunta ja kulttuuri

Käydään läpi terveyseroja Suomessa ja maailmalla aiheuttavat tekijät ja niiden taustalla olevia syitä.

Yhdenvertaisuuden käsite erityisesti terveyspalvelujen käytössä.

Kansalaistoiminnan merkitys terveyden edistäjänä.

Käsitellään kulttuurisia ja lähiympäristösssä olevia tekijöitä, jotka edesauttavat tai estävät mielenterveyden ongelmien ja kansantautien syntymistä.

Medialukutaidon kehittäminen.

Pohditaan vammaisuuden ja pitkäaikaissaurauksien vaikutusta ihmisen hyvinvoinnille.