Päättöarvioinnin kriteerit arvosanalle 5

Oppilas osaa nimetä yksittäisen terveyden osaalueen.

Oppilas osaa nimetä yksittäisen elämänkulun vaiheen.

Oppilas osaa nimetä perustunteita ja tietää, että ne vaikuttavat käyttäytymiseen.

Oppilas osaa nimetä ristiriitatilanteita sekä stressin ja kriisien piirteitä.

Oppilas osaa nimetä yksilöllisyyteen vaikuttavia tekijöitä sekä antaa yksittäisen esimerkin sosiaalisten suhteiden yhteydestä mielen hyvinvointiin ja terveyteen.

Oppilas osaa nimetä yhdessä toimimiseen ja vuorovaikutukseen liittyviä eettisiä kysymyksiä ja esittää niihin ohjatusti ratkaisuja.

Oppilas osaa nimetä terveyttä tukevia ja vaarantavia tekijöitä.

Oppilas osaa käyttää ohjatusti joitakin terveyteen ja sairauteen liittyviä käsitteitä.

Oppilas osaa hakea terveyteen liittyvää tietoa ohjatusti.

Oppilas osaa nimetä jonkin toimintatavan liittyen itsehoitoon, avun hakemiseen sekä terveyttä ja turvallisuutta vaarantaviin tilanteisiin.

Oppilas osaa nimetä terveystottumusten omaksumiseen vaikuttavia tekijöitä sekä elämäntapoihin liittyviä eettisiä kysymyksiä ja antaa esimerkin elämäntapoihin liittyvien valintojen seurauksista.

Oppilas osaa nimetä jonkin terveyteen liittyvän tiedon luotettavuutta kuvaavan tekijän.

Oppilas osaa nimetä elinympäristön aiheuttamia vaikutuksia terveyteen sekä yhteisöjen, kulttuurin tai tvt:n yhteyksiä terveyteen.

Oppilas osaa nimetä tekijöitä, jotka vaikuttavat opiskelu-, toiminta- ja työkykyyn.

Oppilas osaa nimetä oman koulun ja kunnan terveyspalveluja.

Oppilas osaa kuvata esimerkin avulla, miten perhe, lähiyhteisöt tai muut sosiaaliset yhteisöt vaikuttavat käsityksiin terveydestä.

Oppilas osaa nimetä omaa oppimistaan tukevan tekijän.

Oppilas osaa nimetä yksittäisen terveysviestinnän vaikutuskeinon tai luotettavuuteen vaikuttavan tekijän.

Oppilas osaa nimetä jonkin elämäntapojen seurauksen yhteiskunnalle tai ympäristön terveydelle tai turvallisuudelle.

Oppilas osaa nimetä jonkin keinon, miten terveyteen ja turvallisuuteen voidaan vaikuttaa lähiyhteisössä.

9. lk

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **S1 Terveyttä tukeva kasvu ja kehitys** | Stressi, sen ennaltaehkäisy ja keinoja siitä selviämiseen | Krisiin vaiheet, kriisistä selviytymisen keinoja |  |  |  |  |
| **S2 Terveyttä tukevat ja kuluttavat tekijät sekä sairauksien ehkäisy** | Tutustuminen johonkin erityisruokavalioon | Harjoitellaan tekemään valintoja ruuan terveellisyys huomioiden | Tutustuminen joihinkin mielenterveyden ja/tai syömishäiriöihin | Pohditaan keinoja mielenterveyden edistämiseen | Tutustutaan ohjatusti paikkoihin, joista voi saada apua mielenterveyden ongelmiin. | Tutustutaan joihinkin kansantauteihin ja niiden hoitokeinoihin |
| **S3 Terveys, yhteisöt, yhteiskunta ja kulttuuri** | Harjoitellaan medialukutaitoa terveyteen liittyvän julkaisun yhteydessä (mm. luotettavuus) | Harjoitellaan tunnistamaan matkustamiseen liittyviä terveysriskejä |  |  |  |  |

8. lk

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **S1 Terveyttä tukeva kasvu ja kehitys** | Tutustuminen erilaisiin tunteiden säätelykeinoihin ja itselleen sopivien tunteiden säätely- ja ilmaisukeinojen harjoitteleminen | Harjoitellaan tunnistamaan murrosiässä tapahtuvia fyysisiä, psyykkisiä ja sosiaalisia muutoksia | Tutustuminen raskauteen ja sen vaikutuksiin:  -miten raskaus alkaa  - miksi raskaana olevan naisen on vältettävä päihteitä  - millaisia vaihtoehtoja naisella on raskaaksi tullessaan | Sosiaalisten taitojen tunnistaminen ja harjoittelu | Turvataidot |  |
| **S2 Terveyttä tukevat ja kuluttavat tekijät sekä sairauksien ehkäisy** | Tutustuminen seksuaaliseen moninaisuuteen | Yleisimpien sukupuolitautien oireisiin, hoitoon ja suojautumiseen tutustuminen | Tapaturmariskien tunnistaminen ja ennaltaehkäisy, harjoitellaan tapaturmatilanteissa toimimista | Tutustuminen paineluelvytykseen, kylkiasentoon laittamiseen ja verenvuodon tyrehdyttämiseen |  |  |
| **S3 Terveys, yhteisöt, yhteiskunta ja kulttuuri** | Harjoitellaan tunnistamaan koulukiusaamista ja sen vaikutuksia. | Hätäpuhelun soittamisen harjoittelu | Tutustuminen oman kunnan seksuaaliterveyden palveluita tarjoaviin tahoihin | Paloturvallisuuteen ja tulipalotilanteissa toimimiseen tutustuminen, palovammojen ensiapu. | Turvallisen liikennekäyttäytymisen pohtiminen |  |

7. lk

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **S1 Terveyttä tukeva kasvu ja kehitys** | Tunteiden nimeämisen ja tunnistamisen harjoittelu, opetellaan tunnistamaan eri tilanteisiin liittyviä tunteita ja tunnereaktioita | Hyvinvointia edistävien asioiden nimeäminen ja tunnistamisen harjoittelu. | Lapsuuteen, nuoruuteen, aikuisuuteen ja vanhuuteen liittyviin kehityshaasteisiin tutustuminen | Terveyden fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen ulottuvuuden tunnistaminen ja konkreettiset esimerkit |  |  |
| **S2 Terveyttä tukevat ja kuluttavat tekijät sekä sairauksien ehkäisy** | Terveelliset elämäntavat: arkirytmi, uni, hygienia, ravitsemus, liikunta, esimerkkejä niiden vaikutuksista | Harjoitellaan tunnistamaan mielihyvän syntymistä ja lähteitä | Tutustuminen riippuvuuden syntymiseen, joihinkin riippuvuutta aiheuttaviin asioihin sekä riippuvuuden haittoihin | Tupakoinnin vaikutuksiin tutustuminen,  alkoholinkäyttöön liittyvät vaarat, kannabiksen ja lääkkeiden väärinkäyttöön liittyvä asiatieto ja omien asenteiden pohdiskelu | Liikennesääntöihin ja liikenneturvallisuuteen tutustuminen pyöräilijän ja jalankulkijan näkökulmasta | Yleisimpiin tartuntatauteihin tutustuminen |
| **S3 Terveys, yhteisöt, yhteiskunta ja kulttuuri** | Opetellaan itsehoidon keinoja (vatsakipu, kuume, päänsärky) | Tutustutaan oman paikkakunnan terveyspalveluihin: mistä saa apua erilaisissa tilanteissa | Tutustutaan terveyteen liittyviin tietolähteisiin ja niiden luotettavuuteen |  |  |  |