

| Terveystieto 9 Arvioitavat tavoitteet | Arvosana 5 | Arvosana 6-7 | Arvosana 8 | Arvosana 9-10 |
|---|---|---|--|--|
| TERVEYTTÄ TUKEVA KASVU JA KEHITYS | | | | |
| T1 Oppilas syventää ymmärrystään terveyden laaja-alaisuudesta ja terveyden edistämisestä sekä ymmärtää elämäntulkua, kasvua ja kehitystä voimavaralähtöisesti. | Oppilas tunnistaa terveyden osa-alueita ja näiden välistä vuorovaikutusta. Oppilas osaa kertoa esimerkin, mitä terveyden edistämällä tarkoitetaan. Oppilas osaa kuvata nuoruuden kehitykseen liittyviä piirteitä ja antaa esimerkin terveyden merkityksestä elämän voimavarana (esim. mielenterveys). | Oppilas osaa kuvata muutaman esimerkin avulla terveyden osa-alueita ja näiden välistä vuorovaikutusta sekä kertoa, mitä terveyden edistämällä tarkoitetaan. Oppilas tunnistaa elämäntulkun vaiheita ja osaa kuvata nuoruuden kehitykseen liittyviä piirteitä ja antaa esimerkin terveyden, kasvun ja kehityksen merkityksestä elämän voimavarana (esim. mielenterveys). | Oppilas osaa kuvata terveyden osa-alueet ja näiden välistä vuorovaikutusta esimerkkien avulla sekä kuvata esimerkein, mitä terveyden edistämällä tarkoitetaan. Oppilas pystyy esittelemään elämäntulkun eri vaiheita, erityisesti nuoruuden kehitystä ja kuvaamaan esimerkkien avulla terveyden, kasvun ja kehityksen merkitystä elämän voimavarana (esim. mielenterveys). | Oppilas osaa esitellä esimerkkien avulla terveyden osa-alueet ja näiden välistä vuorovaikutusta sekä selittää esimerkein, mitä terveyden edistämällä tarkoitetaan. Oppilas osaa esitellä elämäntulkun eri vaiheet ja kuvata esimerkein nuoruuden kehitykseen liittyviä erityispiirteitä ja analysoida terveyden, kasvun ja kehityksen merkitystä elämän voimavarana (esim. mielenterveys). |
| T2 Oppilas kehittää valmiuksiaan tunne- ja vuorovaikutustaidoissa ja kykyään toimia erilaisissa ristiriita- ja kriisitilanteissa. | Oppilas osaa nimetä yksittäisiä tunteita ja ratkaisuja ristiriitatilanteiden selvittämiseen sekä stressin ja kriisien käsittelyyn. | Oppilas osaa nimetä tunteita ja tietää, että ne vaikuttavat käyttäytymiseen. Oppilas osaa kuvata ratkaisuja ristiriitatilanteiden selvittämiseen sekä stressin ja kriisien käsittelyyn. | Oppilas osaa nimetä useita tunteita sekä osaa antaa esimerkkejä tunteiden ja käyttäytymisen välisestä vuorovaikutuksesta ja käyttäytymisen säätelystä. Oppilas pystyy tuottamaan ratkaisuja ristiriitatilanteiden selvittämiseen sekä esittämään keinoja stressin ja kriisien käsittelyyn. | Oppilas kuvaa monipuolisesti erilaisia tunteita ja niiden lähtökohtia sekä osaa esitellä keinoja käyttäytymisen ja vuorovaikutuksen säätelyyn. Oppilas pohtii ristiriitatilanteiden selvittämistä eri näkökulmista ja esittää perusteltuja ratkaisuja ristiriitatilanteiden selvittämiseen sekä stressin ja kriisien käsittelyyn. |
| T3 Oppilas kehittää itsetuntemustaan, omien arvojen ja asenteiden sekä kehon viestien ja mielen viestien tunnistamista. Oppilas tunnistaa ja säätelee tekijöitä, jotka tukevat hänen käyttäytymistään, oppimistaan ja opiskeluaan. | Ei käytetä arvosanan muodostamisen perusteena. Oppilasta ohjataan pohtimaan kokemuksiaan osana itsearviointia. | | | |
| T4 Oppilas pohtii yksilöllisyyteen, yhteisöllisyyteen ja yhdenvertaisuuteen liittyviä kysymyksiä terveyden näkökulmasta. Oppilas osaa | Oppilas osaa nimetä joitakin yksilöllisyyteen vaikuttavia tekijöitä sekä antaa esimerkkejä sosiaalisten suhteiden merkityksestä mielen hyvinvoinnille ja terveydelle. | Oppilas osaa kuvata joitakin yksilöllisyyteen vaikuttavia tekijöitä kuten identiteettiä, minäkuva ja itsetuntemus, sekä antaa esimerkkejä sosiaalisten suhteiden | Oppilas osaa eritellä esimerkkien avulla yksilölliseen kehitykseen liittyviä kysymyksiä terveyden näkökulmasta ja arvioida sosiaalisten suhteiden merkitystä mielen | Oppilas osaa perustellen eritellä yksilölliseen kehitykseen liittyviä kysymyksiä terveyden näkökulmasta ja arvioida monipuolisesti sosiaalisten suhteiden merkitystä mielen |

| | | | | |
|---|--|--|--|--|
| <p>tehdä vastuullisia ratkaisuja ihmisten välisissä vuorovaikutustilanteissa.</p> | <p>Oppilas osaa nimetä yksittäisiä yhdessä toimimiseen ja vuorovaikutukseen liittyviä eettisiä kysymyksiä ja tilanteita sekä pohtia niihin joitakin vastuullisia ratkaisuja.</p> | <p>merkityksestä mielen hyvinvoinnille ja terveydelle. Oppilas osaa nimetä yhdessä toimimiseen ja vuorovaikutukseen liittyviä eettisiä kysymyksiä ja tilanteita sekä pohtia niihin joitain vastuullisia ratkaisuja.</p> | <p>hyvinvoinnille ja terveydelle. Oppilas osaa nimetä ja kuvata yhdessä toimimiseen ja vuorovaikutukseen liittyviä eettisiä kysymyksiä ja tilanteita sekä tuottaa niihin vastuullisia ratkaisuja.</p> | <p>hyvinvoinnille ja terveydelle. Oppilas osaa analysoida esimerkkien avulla yhdessä toimimiseen ja vuorovaikutukseen liittyviä eettisiä kysymyksiä ja tilanteita sekä perustella niihin liittyviä vastuullisia ratkaisuja.</p> |
| <p>TERVEYTTÄ TUKEVAT JA KULUTTAVAT TEKIJÄT SEKÄ SAIRAUKSIEN EHKÄISY</p> | | | | |
| <p>T5 Oppilas ymmärtää fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista terveyttä vahvistavia ja vaarantavia tekijöitä. Oppilas osaa käyttää näihin liittyviä käsitteitä asianmukaisesti.</p> | <p>Oppilas osaa nimetä yksittäisiä terveyttä tukevia ja vaarantavia tekijöitä. Oppilas käyttää joitakin terveyteen ja sairauteen liittyviä käsitteitä asianmukaisesti.</p> | <p>Oppilas osaa nimetä terveyttä tukevia ja vaarantavia tekijöitä ja käyttää keskeisiä terveyteen ja sairauteen liittyviä käsitteitä asianmukaisesti.</p> | <p>Oppilas pystyy nimeämään useita terveyttä tukevia ja vaarantavia tekijöitä sekä kuvaamaan pääpiirteissään näiden välisiä yhteyksiä ja syy- ja seuraussuhteita. Oppilas osaa käyttää keskeisiä terveyteen ja sairauteen liittyviä käsitteitä asianmukaisesti.</p> | <p>Oppilas osaa kuvailla terveyttä tukevia ja vaarantavia tekijöitä sekä pohtia näiden välisiä yhteyksiä ja syy-seuraussuhteita. Oppilas osaa käyttää terveyteen ja sairauteen liittyviä käsitteitä monipuolisesti ja asianmukaisesti.</p> |
| <p>T6 Oppilas kehittyä terveyteen ja sairauteen liittyvän tiedon hankkijana ja käyttäjänä. Oppilas toimii tarkoituksenmukaisesti terveyteen, turvallisuuteen ja sairauksiin liittyvissä tilanteissa.</p> | <p>Oppilas osaa ohjatusti hakea terveyteen liittyvää luotettavaa tietoa. Oppilas tunnistaa esimerkkejä asianmukaisista toimintamalleista itsehoidossa, avun hakemisessa ja turvallisuutta vaarantavissa tilanteissa (esim. mielen pahoinvointi ja tartuntataudit).</p> | <p>Oppilas osaa ohjatusti hakea terveyteen liittyvää luotettavaa tietoa erilaisista lähteistä ja käyttää sitä pääosin asianmukaisesti. Oppilas osaa antaa esimerkkejä asianmukaisista toimintamalleista itsehoidossa, avun hakemisessa sekä terveyttä ja turvallisuutta vaarantavissa tilanteissa (esim. mielen pahoinvointi ja tartuntataudit).</p> | <p>Oppilas osaa hakea terveyteen liittyvää luotettavaa tietoa erilaisista lähteistä ja käyttää sitä pääosin asianmukaisesti. Oppilas osaa kuvata esimerkein tai esittää asianmukaisia toimintamalleja itsehoidossa, avun hakemisessa sekä terveyttä ja turvallisuutta vaarantavissa tilanteissa (esim. mielen pahoinvointi ja tartuntataudit).</p> | <p>Oppilas osaa itsenäisesti hakea terveyteen liittyvää luotettavaa tietoa monipuolisista lähteistä ja käyttää ja soveltaa sitä asianmukaisesti. Oppilas osaa esittää asianmukaisia toimintamalleja itsehoidossa, avun hakemisessa sekä terveyttä ja turvallisuutta vaarantavissa tilanteissa ja perustella niitä (esim. mielen pahoinvointi ja tartuntataudit).</p> |
| <p>T7 Oppilas tunnistaa ja arvioi omia terveyteen ja turvallisuuteen liittyviä tottumuksiaan, valintojaan ja niiden perustelua sekä pohtii oman terveyden kannalta merkityksellisiä voimavaroja.</p> | <p>Ei käytetä arvosanan muodostamisen perusteena. Oppilasta ohjataan pohtimaan kokemuksiaan osana itsearviointia.</p> | | | |
| <p>T8 Oppilas tunnistaa ja tarkastelee kriittisesti terveyteen ja sairauteen liittyviä ilmiöitä,</p> | <p>Oppilas osaa nimetä joitakin terveystottumusten omaksumiseen vaikuttavia tekijöitä sekä</p> | <p>Oppilas osaa nimetä terveystottumusten omaksumiseen vaikuttavia tekijöitä sekä</p> | <p>Oppilas osaa eritellä terveystottumusten omaksumiseen vaikuttavia tekijöitä ja osaa selittää</p> | <p>Oppilas osaa eritellä terveystottumusten omaksumiseen vaikuttavia tekijöitä ja pohtia</p> |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| <p>niihin liittyviä arvoja ja normeja sekä arvioi tiedon luotettavuutta ja merkitystä.</p> | <p>elämäntapoihin liittyviä eettisiä kysymyksiä ja antaa yksittäisiä esimerkkejä elämäntapoihin liittyvien valintojen seurauksista. Oppilas osaa tarkastella jossain määrin terveyteen liittyvän tiedon luotettavuutta.</p> | <p>elämäntapoihin liittyviä eettisiä kysymyksiä ja antaa esimerkkejä elämäntapoihin liittyvien valintojen seurauksista. Oppilas osaa tarkastella terveyteen liittyvän tiedon luotettavuutta eri näkökulmista.</p> | <p>terveystottumuksiin liittyvien ilmiöiden muodostumista. Oppilas osaa kuvata elämäntapoihin liittyviä eettisiä kysymyksiä ja esimerkkejä käyttäen arvioida elämäntapoihin liittyvien valintojen seurauksia. Oppilas osaa arvioida terveyteen liittyvän tiedon luotettavuutta usean tiedon luotettavuutta kuvaavan tekijän pohjalta.</p> | <p>terveystottumuksiin liittyvien ilmiöiden muodostumista eri näkökulmista. Oppilas osaa kuvata elämäntapoihin liittyviä eettisiä kysymyksiä ja esimerkkejä käyttäen arvioida elämäntapoihin liittyvien valintojen seurauksia yksilön, yhteisön ja yhteiskunnan näkökulmista. Oppilas osaa arvioida terveyteen liittyvän tiedon luotettavuutta usean tiedon luotettavuutta kuvaavan tekijän pohjalta.</p> |
|---|---|---|---|---|

TERVEYS, YHTEISÖT, YHTEISKUNTA JA KULTTUURI

| | | | | |
|--|--|--|--|---|
| <p>T9 Oppilas ymmärtää ympäristön, yhteisöjen, kulttuurin ja tieto- ja viestintäteknologian merkityksen terveydelle ja hyvinvoinnille.</p> | <p>Oppilas osaa nimetä yksittäisiä elinympäristön aiheuttamia vaikutuksia terveyteen sekä tunnistaa yksittäisiä esimerkkejä siitä, miten yhteisöt, kulttuuri, media ja tieto- ja viestintäteknologia ovat yhteyksissä terveyteen.</p> | <p>Oppilas osaa nimetä joitain elinympäristön aiheuttamia suoria ja epäsuoria vaikutuksia terveyteen sekä antaa esimerkkejä yhteisöjen, kulttuurin, median ja tieto- ja viestintäteknologian yhteyksistä terveyteen.</p> | <p>Oppilas osaa kuvata elinympäristön aiheuttamia keskeisiä suoria ja epäsuoria vaikutuksia terveyteen sekä esitellä yhteisöjen, kulttuurin, median ja tieto- ja viestintäteknologian yhteyksiä terveyteen.</p> | <p>Oppilas osaa perustellen esitellä elinympäristön aiheuttamia keskeisiä suoria ja epäsuoria vaikutuksia terveyteen sekä analysoida yhteisöjen, kulttuurin, median ja tieto- ja viestintäteknologian yhteyksiä terveyteen.</p> |
| <p>T10 Oppilas luo perustaa opiskelu-, toiminta- ja työkyvylle ja sen ylläpitämiselle sekä kuvaa terveyspalvelujen asianmukaista käyttöä.</p> | <p>Oppilas osaa ohjattuna laatia opiskelu-, toiminta- ja työkykyään edistäviä yksinkertaisia suunnitelmia. Oppilas osaa kuvata, miten hakeutua oman koulun ja kunnan terveyspalveluihin ja antaa yksittäisiä esimerkkejä siitä, miten niitä voi hyödyntää tarkoituksenmukaisesti eri tilanteissa (esim. mielen pahoinvointi, stressi, tartuntataudit).</p> | <p>Oppilas osaa ohjattuna laatia opiskelu-, toiminta- ja työkykyään edistäviä suunnitelmia. Oppilas osaa kuvata, miten hakeutua oman koulun ja kunnan terveyspalveluihin ja antaa joitakin esimerkkejä siitä, miten niitä voi hyödyntää tarkoituksenmukaisesti eri tilanteissa (esim. mielen pahoinvointi, stressi, tartuntataudit).</p> | <p>Oppilas osaa laatia opiskelu-, toiminta- ja työkykyä edistäviä suunnitelmia. Oppilas osaa kuvata, miten hakeutua oman koulun ja kunnan terveyspalveluihin ja antaa useampia esimerkkejä siitä, miten niitä voi hyödyntää tarkoituksenmukaisesti eri tilanteissa (esim. mielen pahoinvointi, stressi, tartuntataudit).</p> | <p>Oppilas osaa laatia monipuolisia opiskelu-, toiminta- ja työkykyä edistäviä suunnitelmia. Oppilas osaa eritellen kuvata, miten hakeutua oman koulun ja kunnan terveyspalveluihin ja antaa perusteltuja esimerkkejä siitä, miten niitä voi hyödyntää tarkoituksenmukaisesti eri tilanteissa (esim. mielen pahoinvointi, stressi, tartuntataudit).</p> |
| <p>T11 Oppilas ymmärtää ja arvioi perheen ja omaan elämäntapaan kuuluvien ihmisten ja yhteisöjen edustamia terveystilanteita,</p> | <p>Oppilas tunnistaa esimerkkejä, miten perhe, lähiyhteisöt ja muut sosiaaliset yhteisöt vaikuttavat käsityksiin terveydestä. Oppilas</p> | <p>Oppilas osaa kuvata muutamalla esimerkillä miten perhe, lähiyhteisöt ja muut sosiaaliset yhteisöt vaikuttavat käsityksiin terveydestä.</p> | <p>Oppilas osaa pohtia esimerkein sitä, miten perhe, lähiyhteisöt, muut sosiaaliset yhteisöt vaikuttavat käsityksiin terveydestä. Oppilas osaa</p> | <p>Oppilas osaa analysoida eri näkökulmista, miten perhe, lähiyhteisöt ja muut sosiaaliset yhteisöt vaikuttavat käsityksiin</p> |

| | | | | |
|--|--|---|--|--|
| <p>tunnistaa niiden merkityksen itselle sekä muodostaa kuvaa itselle sopivista oppimisen keinoista.</p> | <p>osaa nimetä joitakin omaa oppimistaan tukevia tekijöitä.</p> | <p>Oppilas osaa nimetä omaa oppimistaan tukevia tekijöitä.</p> | <p>esimerkein eritellä omaa oppimistaan tukevia tekijöitä.</p> | <p>terveydestä. Oppilas osaa kuvata ja perustellen eritellä omaa oppimistaan tukevia tekijöitä.</p> |
| <p>T12 Oppilaalla on valmiuksia arvioida kriittisesti terveyteen ja sairauteen liittyvää viestintää sekä eritellä yksilön oikeuksia, vastuita ja vaikuttamiskeinoja terveyttä ja turvallisuutta koskevissa asioissa omassa oppimisympäristössä ja lähiyhteisössä.</p> | <p>Oppilas tunnistaa ja osaa antaa yksittäisiä esimerkkejä terveyteen liittyvän viestinnän luotettavuudesta ja merkityksestä sekä tunnistaa terveyteen ja turvallisuuteen liittyviä näkemyksiä ja käsityksiä. Oppilas tunnistaa esimerkkejä elämäntapojen seurauksista toisille ja ympäristön terveydelle sekä tietää joitakin keinoja ja tapoja, miten terveyteen voidaan vaikuttaa lähiyhteisössä.</p> | <p>Oppilas osaa kuvata esimerkein terveyteen liittyvän viestinnän luotettavuutta ja merkitystä sekä kuvata terveyteen ja turvallisuuteen liittyviä näkemyksiä ja käsityksiä. Oppilas tunnistaa elämäntapojen seurauksia toisille ja ympäristön terveydelle sekä osaa kuvata keinoja ja tapoja, miten terveyteen voidaan vaikuttaa lähiyhteisössä.</p> | <p>Oppilas osaa arvioida terveyteen liittyvän viestinnän luotettavuutta ja merkitystä sekä perustella terveyteen ja turvallisuuteen liittyviä käsityksiä. Oppilas osaa eritellä elämäntapojen seurauksia toisille ja ympäristön terveydelle sekä esitellä esimerkein keinoja ja tapoja, miten terveyteen voidaan vaikuttaa lähiyhteisössä.</p> | <p>Oppilas osaa arvioida ja perustella terveyteen liittyvän viestinnän luotettavuutta ja merkitystä sekä analysoida terveyteen ja turvallisuuteen liittyviä käsityksiä. Oppilas osaa eritellä ja arvioida elämäntapojen seurauksia toisille ja ympäristön terveydelle sekä antaa monipuolisia esimerkkejä keinoista ja tavoista, joilla terveyteen voidaan vaikuttaa lähiyhteisössä.</p> |