

2. LUOKKA

Mielen hyvinvointi ja arjen taidot

Tavoitteena on oppia tunnistamaan pelon ja turvattomuuden tunteita sekä vahvistaa selviytymiskeinoja pelottavilta tuntuissa tilanteissa.

Välineet: Turvavinkit-moniste tulostettuna jokaiselle oppilaalle sivulta 3, välineet videon katsomiseen linkistä [Kuuntelu, katselu ja tuntemukset - Pikku Kakkonen](#) (kesto 1:00).

Aloitus: PELOTTAVA UUTISVIRTA

Opettaja lukee tarinan:

lisa on tullut koulusta kotiin ja syönyt välipalan. Äiti tulee töistä kotiin tunnin kuluttua. Nyt on hyvä aika tehdä läksyt. lisa kaivaa repusta koulukirjat, mutta ei аваakaan niitä ihan vielä. -Vilkaisen kännykkää vaan ihan vähän, jos vaikka äiti on lähettänyt viestin, tai joku kaveri, hän ajattelee. lisa selailee viestejä. Olivia on lähettänyt YouTube-linkin ihanaan kissavideoon. lisa unohtuu selailemaan videoita. Yhtäkkiä ruutuun ilmestyy kuva verisestä sotilaasta ja talon raunioista. Repaleisissa vaatteissa oleva lapsi itkee, likainen nainen säntäilee edestakaisin. Ruudussa lukee: Katastrofi pahenee päivä päivältä. lisaa alkaa pelottaa. Mitä tuolle lapselle tapahtuu? Entä jos sotilas tulee tännekin?

Keskustellaan yhdessä:

- Mikä tunne lisalle tuli?
- Mitä ohjeita voisit antaa lisalle?
- Onko sinulle käynyt joskus samoin, että olet nähnyt vahingossa videoita, joita ei ole ollut tarkoitus nähdä?

Työskentely: PELOTTAVIA ASIOITA ja TURVAOHJEET

Oppilaat miettivät hetken pareittain, mitä asioita he pelkäävät. Asiat voivat liittyä ihan mihin vaan, ei vain kännykkävideoihin. Sen jälkeen kirjoitetaan taululle otsikoksi PELOTTAVIA ASIOITA ja kootaan sen ympärille ajatuskartta pelottavista asioista kirjoittaen ja/tai piirtäen.

Opettaja voi kertoa oppilaille pelosta:

Jokainen pelkää joskus. Monenlaiset asiat voivat herättää pelkoa. Pelon tunteesta on meille hyötyä, sillä se voi olla tärkeä hälytysmerkki jostakin vaarasta. Silloin pelkoa kannattaa kuunnella ja miettiä, miten voisi suojata itseä tai pyytää apua. Pelko voi auttaa meitä lähtemään pois uhkaavasta tilanteesta. Joskus pelkäämme turhaan. Tällöin on hyvä oppia voittamaan pelko. Joskus on hyvä kohdata pelkonsa, esimerkiksi silloin, kun

tekee jotakin asiaa ensimmäistä kertaa tai on menossa johonkin uuteen paikkaan. Kun pelosta huolimatta uskaltaa toimia, voi huomata, että pelon voi voittaa.

Kun ajatuskartta on valmis, kerätään pelottavien asioiden ympärille asioita ja ohjeita, jotka auttavat pelottavissa tilanteissa. Ohjeissa voi hyödyntää oppilaille läksyksi jaettavaa Turvavinkit-monistetta.

Katsotaan video, jossa kerrotaan turvaohjeet. Turvaohjeita voi soveltaa niin elävässä elämässä kuin netissäkin. Video löytyy linkistä [Kuuntelu, katselu ja tuntemukset - Pikku Kakkonen](#).

Turvaohjeet voidaan myös kirjoittaa taululle:

- Sano Ei
- Lähde pois
- Kerro turvalliselle aikuiselle

Lopetus: 112-NUMERON HARJOITTELU ja KOTITEHTÄVÄ

Mietitään oppilaiden kanssa jokin hätätilanne. Käydään läpi hätäpuhelimeen soittamisen ohjeet, jonka jälkeen oppilaat voivat pienryhmissä harjoitella hätäpuhelun soittamista. Lopuksi joku oppilas voi soittaa opettajalle, joka esittää hätäpuhelun vastaanottajaa. Muut voivat arvioida, sujuiko puhelu ohjeiden mukaan.

Hätäpuhelun soittaminen:

- Soita 112.
- Ole rauhallinen.
- Kerro kuka olet, mitä on tapahtunut ja missä.
- Älä katkaise puhelua ennen kuin saat luvan.

Opettaja jakaa oppilaille Turvavinkit-monisteen. Moniste on kotiläksy, joka on tarkoitettu luettavaksi yhdessä huoltajan kanssa.

Lähteet [Kuuntelu, katselu ja tuntemukset - Pikku Kakkonen](#) ja [Turvallinen Oulu - perusopetuksen tunne- ja turvataitokasvatuksen materiaali 1–2 luokat](#).

Hei!

Opiskelimme tänään koulussa turvataitoja. Kotitehtäväksi tuli tämän Turvavinkit-monisteen lukeminen aikuisen kanssa. Keskustelkaa yhdessä näistä asioista. Allekirjoittakaa moniste, kun keskustelu on käyty. Palauta moniste opettajalle.

TURVAVINKIT

- Älä avaa ovea, jos olet yksin kotona etkä tiedä, kuka siellä on.
- Älä anna yhteystietojasi (nimi, osoite, puhelinnumero, sähköpostiosoite) tuntemattomille.
- Älä kerro kenellekään puhelimesta, että olet yksin kotona. Kysy, kenelle äiti tai isä voi soittaa takaisin.
- Älä lähde tuntemattoman mukaan, vaikka hän houkuttelisi sinua mukavilla asioilla.
- Älä lähde tutunkaan aikuisen mukaan, jos et ole sopinut siitä kotiväkesi kanssa.
- Älä tapaa tuntematonta nettikaveria ilman aikuista.
- Ohjeita turvalliseen netin käyttöön on osoitteessa www.pelastakalapset.fi ja www.mll.fi
- Jos näet jotain mieltäsi järkyttävää tai joku käyttäytyy oudosti sinua kohtaan netissä tai muualla, kerro siitä aina jollekin turvalliselle aikuiselle.
- Jos eksyt, sinua seurataan tai kohtaat uhkaavasti tai oudosti käyttäytyvän ihmisen, mene kauppaan tai johonkin muuhun paikkaan, jossa on muita ihmisiä. Kerro siitä aikuiselle.
- Älä koskaan mene yksin ilman aikuista pimeisiin ja autioihin paikkoihin.
- Opettele äidin tai isän puhelinnumero ja kotiosoitteesi ulkoa.
- Muista turvaohjeet: Sano Ei, lähde pois, kerro turvalliselle aikuiselle.
- Muista hätänumero 112.

Allekirjoitus kotiväeltä

Oppilaan allekirjoitus