|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| TE 8lk – Arvosana viisi **S1 Terveyttä tukeva kasvu ja kehitys:**Sisällöissä painotetaan terveyden eri osa-alueiden kokonaisvaltaista hahmottamista terveyden edistämisen ja sairauksien ehkäisyn näkökulmasta. Opetuksessa käsitellään elämänkulun sekä kasvun ja kehityksen yleisiä tunnuspiirteitä, monimuotoisuutta ja henkilökohtaisuutta. Kasvun ja kehityksen sisällöissä painottuvat identiteetin, minäkuvan ja itsetuntemuksen rakentuminen, seksuaalinen kehittyminen, huolenpidon sekä perheen ja läheisten merkitys, mielen hyvinvointi ja itsensä arvostaminen sekä turvataidot. Tunne- ja vuorovaikutustaitojen sisällöissä kiinnitetään huomiota vuorovaikutustilanteissa toimimiseen, tunteiden ilmaisuun ja niiden säätelyyn. Lisäksi perehdytään ristiriitojen, ongelmatilanteiden, stressin ja kriisien rakentavaan käsittelyyn.   * Psyykkisen terveyden edistäminen * Tunne- ja vuorovaikutustaidot * Ristiriita- ja kriisitilanteet * Seurustelu   **S2 Terveyttä tukevat ja kuluttavat tekijät sekä sairauksien ehkäisy:**Sisältöjä valitaan syventäen tietoa ja ymmärrystä terveyttä tukevista voimavaroista ja sairauksia ehkäisevistä tekijöistä. Terveyteen liittyvistä tottumuksista käsitellään arkirytmi, uni, ravitsemus ja liikunta. Sisällöissä perehdytään seksuaalisuuteen, seksuaaliterveyden eri osa-alueisiin ja seksuaalisen kehityksen monimuotoisuuteen. Terveyden voimavaroista tarkastellaan mielenterveyttä, hyvinvointia tukevia ympäristöjä ja yhteisöjä sekä mielekästä vapaa-ajan toimintaa. Lisäksi käsitellään turvallisuustaitoja ja -valmiuksia, ensiaputaitoja, itsehoitoa sekä tuen ja avun hakemista. Sisältöjä valittaessa otetaan huomioon myös ajankohtaisia terveysilmiöitä sekä tarkastellaan terveyteen liittyvän tiedon luotettavuutta.  Terveyden vaaratekijöistä nostetaan esiin liikkumattomuus ja passiivinen elämäntapa, ravitsemuksen ja nukkumisen ongelmat, kiusaaminen ja stressi. Sisällöissä otetaan huomioon nuoren mielen pahoinvointi, riippuvuudet sekä päihteet ja niiden käytön ehkäisy. Sairauksien ehkäisyyn liittyvistä sisällöistä valitaan keskeiset ja ajankohtaiset tartuntataudit sekä kansantaudit ja tapaturmat.   * Ravitsemuksen perusteet * Seksuaaliterveys * Riippuvuus ja päihteet (esimerkiksi alkoholi ja huumeet) * Ensiaputiedot ja -taidot, tapaturmien ennaltaehkäisy   **S3 Terveys, yhteisöt, yhteiskunta ja kulttuuri:**Sisällöissä otetaan esille opiskelu-, työ- ja toimintakyky nuoruudessa. Kestävää elämäntapaa tarkastellessa otetaan huomioon sosiaalinen kestävyys ja vastuullinen kuluttaminen. Elinympäristön terveysvaikutuksia käsiteltäessä nostetaan esille keskeisiä terveyden edistämisen ja sairauksien ehkäisyn keinoja, terveyspalvelut, kansalaistoiminta ja ympäristön terveysriskit.  Tietolähteitä, erilaisia terveysmarkkinoinnin ja vaikuttamisen keinoja tarkastellaan erityisesti tiedon luotettavuuden ja terveysvaikutusten näkökulmasta. Terveyden edistämisen sisällöissä otetaan huomioon kulttuurin terveyttä edistävä merkitys ja kulttuurinen herkkyys, kestävä elämäntapa, kansalaisten yhdenvertaisuus ja osallisuus sekä ihmisoikeuksien kunnioittaminen. Sisältöjä käsiteltäessä otetaan huomioon eri näkökulmia kuten lapsuus ja lasten oikeudet, vanhuus, vammaisuus tai pitkäaikaissairaus.   * Liikenneturvallisuus (esimerkiksi moottoriajoneuvot liikenteessä) * Seksuaalioikeudet, vastuut ja velvollisuudet | | | | | |
| OPH:n tukimateriaali päättöarviointiin: <https://www.oph.fi/fi/koulutus-ja-tutkinnot/terveystiedon-paattoarvioinnin-tukimateriaali>  Tavoitteet T5-T8 arvioidaan ainoastaan vuosiluokalla 8 Jyväskylän vuosiluokkaistamisten mukaisesti. | | | | | |
| **Opetuksen tavoite** | **Sisältö-alueet** | **Opetuksen tavoitteista johdetut oppimisen tavoitteet** | **Arvioinnin kohde** | **Osaamisen kuvaus arvosanalle 5** | **Käytännönläheiset esimerkit** |
| T5 ohjata oppilasta syventämään ymmärrystään fyysisestä, psyykkisestä ja sosiaalisesta terveydestä sekä niitä vahvistavista ja vaarantavista tekijöistä ja mekanismeista sekä tukea oppilaan valmiuksia käyttää näihin liittyviä käsitteitä asianmukaisesti | S1–S3 | Oppilas oppii tarkastelemaan fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista terveyttä vahvistavia ja vaarantavia tekijöitä ja mekanismeja sekä oppii käyttämään niihin liittyviä käsitteitä asianmukaisesti. | Terveyteen vaikuttavien tekijöiden tunnistaminen ja terveyteen liittyvien käsitteiden käyttäminen | Oppilas osaa nimetä terveyttä tukevia ja vaarantavia tekijöitä.  Oppilas osaa käyttää ohjatusti joitakin terveyteen ja sairauteen liittyviä käsitteitä. | Psyykkinen ja fyysinen terveys: mielenterveys, päihteet, ihmissuhteet, kiusaaminen  Esim. tukevien ja vaarantavien tekijöiden lajittelu- ja luokittelutehtävät. Syy-seuraussuhdetehtävät. |
| 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 | Oppilas oppii hakemaan ja käyttämään terveyteen ja sairauteen liittyvää tietoa sekä oppii toimimaan tarkoituksenmukaisesti terveyteen, turvallisuuteen ja sairauksiin liittyvissä tilanteissa. | Terveyteen, turvallisuuteen ja sairauteen liittyvien tietojen ja taitojen hallinta | Oppilas osaa hakea terveyteen liittyvää tietoa ohjatusti.    Oppilas osaa nimetä jonkin toimintatavan liittyen itsehoitoon, avun hakemiseen sekä terveyttä ja turvallisuutta vaarantaviin tilanteisiin. | Yleiset luotettavat terveyteen liittyvät sivustot, kuten: Tervekoululainen, Mieli ry, Duodecim Terveyskirjasto.  Voidaan tutustua esimerkiksi: nuorten auttava puhelin, sekaisin-chat, nuorisovastaanotto, kaupungin terveyspalvelut, ehkäisyneuvola, koulun oppilashuoltopalvelut. |
| 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 | Oppilas oppii tunnistamaan ja arvioimaan omia terveyteen ja turvallisuuteen liittyviä tekijöitä sekä oppii pohtimaan oman terveyden kannalta merkityksellisiä voimavaroja. |  | *Ei käytetä arvosanan muodostamisen perusteena. Oppilasta ohjataan pohtimaan kokemuksiaan osana itsearviointia.* | Huom! Itsearviointi. |
| 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 | Oppilas oppii tunnistamaan ja tarkastelemaan kriittisesti terveyteen ja sairauteen liittyviä ilmiöitä sekä niihin liittyviä arvoja ja normeja sekä oppii arvioimaan tiedon luotettavuutta ja merkitystä. | Terveyteen ja sairauteen liittyvien ilmiöiden tarkastelu ja terveyteen liittyvän tiedon luotettavuuden arvioiminen | 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. | Perheen, yhteisön ja yhteiskunnan vaikutukset terveystottumuksiin (esim. hygienia, ruokailutottumukset, tunne- ja turvataidot, seksuaaliterveys).  Tiedon luotettavuusasioissa hyvä käyttää integrointimahdollisuutta AI ja TVT kanssa. |