YHDESSÄ ON KIVAA



9.lk

Hyvän huomaaminen

1. Hyvän mielen läsnäoloharjoitus 6 min. (HyMy-koulut) Tee harjoitus yhdessä oppilaiden kanssa. Kysy harjoituksen jälkeen oppilailta, miltä harjoitus tuntui. Entä miltä nyt tuntuu?

2. Kukoistava tehtäväkirja s. 10-11
Kerro aluksi oppilaille, millainen taito hyvän huomaaminen on ja mitä tutkittuja hyötyjä sillä on. Voitte keskustella myös onnistumisista.

3. Kukoistava tehtäväkirja s. 24-25 TÄSSÄ MINÄ ONNISTUIN! Oppilaat pääsevät muistelemaan yhtä onnistumista ja pohtimaan, mitkä asiat siihen johtivat ja mitä vahvuuksia he hyödynsivät.

4. Parikeskustelu: Oppilaat jakavat vuorotellen tarinansa toisilleen ja saavat harjoitella aktiivista kuuntelua sekä kannustavan palautteen antamista. Saatu palaute kirjoitetaan ylös.

5. Lisätehtävä: Kukoistava tehtäväkirja s. 15. HYVÄN HUOMAAMINEN ITSESSÄ
Vaihtoehtoisesti oppilaat voivat värittää, koristella ja leikata edellisen tehtävän kukan muistoksi.

© Tiia Thil

JYVÄSKYLÄ

YHDESSÄ ON KIVAA



9.lk

Ihmissuhde- ja kaveritaidot

1 Hyvän mielen läsnäoloharjoitus 6 min. (HyMy-koulut) Tee harjoitus yhdessä oppilaiden kanssa. Kysy harjoituksen jälkeen oppilailta, miltä harjoitus tuntui. Entä miltä nyt tuntuu?

2 Jana-harjoituksessa näytetään ensin, missä janan ääripäät ovat. Toisessa on ”samaa mieltä” ja toisessa ”eri mieltä”. Lue väittämiä, joiden mukaan oppilaat asettuvat janalle. Esimerkkejä väittämistä:
”Kuuntelen paljon musiikkia.”
”Puristan hammastahnatuubia keskeltä.”
”Mielestäni matematiikka on vaikeaa.”
”Olen saanut somessa uusia ystäviä.”
”Mielestäni luokassamme on kiva ilmapiiri.” jne.

3 Yhteinen tekijä -leikki. Jaa oppilaat 4-5 hlö ryhmiin, joiden tehtävänä on keksiä ja kirjoittaa mahdollisimman monta heitä yhdistävää asiaa, kuten kiinnostuksen kohteet, asuinpaikka, perheenjäsenet jne. Aikaa on esim. 5 min. Sen jälkeen he valitsevat 2 erikoisinta yhdistävää asiaa ja esittävät ne muille pantomiimina.

Lähde leikkeihin: SKY Aineryhmäkohtainen ryhmäyttämismateriaali

© Tiia Thil

JYVÄSKYLÄ

YHDESSÄ ON KIVAA



9.lk

Ihmissuhde- ja kaveritaidot

1. Hyvän mielen läsnäoloharjoitus 6 min. (HyMy-koulut) Tee harjoitus yhdessä oppilaiden kanssa. Kysy harjoituksen jälkeen oppilailta, miltä harjoitus tuntui. Entä miltä nyt tuntuu?

2. Ihmissuhdetaituri-tehtävä (MIELI ry, Hyvän mielen treenivihko). Oppilaat pohtivat ensin hyvän ihmissuhdetaiturin ominaisuuksia ja arvioivat tämän jälkeen omia taitojansa.

3. Oppilaat käyvät pareittain läpi ominaisuudet, joita arvostavat hyvässä ihmissuhteessa. He myös kertovat parille omat vahvuutensa ja taidot, joissa haluaisivat vielä kehittyä.

4. Kaveruuden janalla -tehtävä (MIELI ry, Hyvän mielen treenivihko). Oppilaat tekevät tehtävän ensin kirjallisesti. Tämän jälkeen tehtävä käydään läpi niin, että luokkaan muodostetaan jana ja oppilaat asettuvat kunkin väittämän kohdalla valitsemaansa kohtaan seisomaan. Pyydä oppilaita perustelemaan mielipiteensä vuoroin vierustovereille, vuoroin koko luokan kesken.

© Tiia Thil

JYVÄSKYLÄ

YHDESSÄ ON KIVAA



9.lk **Vuorovaikutustaidot**

1. Hyvän mielen läsnäoloharjoitus 6 min. (HyMy-koulut) Tee harjoitus yhdessä oppilaiden kanssa. Kysy harjoituksen jälkeen oppilailta, mitä hyötyjä harjoituksesta on oppimisen kannalta.

2. Parikeskustelu, jossa yksi puhuu vuorollaan 1-2 min. valitsemastasi aiheesta ja toinen kuuntelee aktiivisesti. Tämän jälkeen vaihdetaan rooleja. Hyödynnä tehtävässä halutessasi Suomen ladun Matka mielen maisemiin -kortteja. Heijasta oppilaille valitsemasi kortti. Kauniit kortit voi myös tulostaa ja laminoida. Harjoitus toimii hyvin minkä tahansa oppitunnin alussa.

3. Millainen selviytyjä olen? -juliste (MIELI ry, Hyvän mielen treenivihko). Käykää ensin yhdessä läpi kuusi erilaista selviytyjää esimerkkien avulla.

4. Tämän jälkeen oppilas pohtii, millainen selviytyjä itse on. Mikä tyyppi kuvastaa häntä parhaiten? Oppilas pohtii ja kirjoittaa myös perustelut. Jos aikaa on, oppilaat käyvät tehtävän läpi pareittain.

© Tiia Thil

JYVÄSKYLÄ

YHDESSÄ ON KIVAA



9.lk

Turvataidot

1. Tietoinen hengitys -harjoitus n. 4 min. (OPH/Terve Oppiva Mieli) Tee harjoitus oppilaiden kanssa. Pyydä oppilaita kuulostelemaan, miltä harjoitus tuntui. Missä tilanteissa harjoitus voisi auttaa?

2. Apua ja tukea (MIELI ry, Hyvän mielen treenivihko). Käykää yhdessä läpi, mistä oppilaat saavat tarvittaessa apua. Kerro koulunne henkilökunnan jäsenistä ja opiskeluhuoltopalveluista.

3. Turvaverkkoni -tehtävä (MIELI ry, Hyvän mielen treenivihko). Oppilaat piirtävät tai kirjoittavat oman turvaverkkonsa eli elämäänsä kuuluvat turvalliset ihmiset. Turvaverkko esitellään pareittain.

4. Katsokaa Keskusrikospoliisin Sextortion - kiristys alastonkuvilla -video n. 11 min. Video voi tuntua oppilaista ahdistavalta, joten käykää sen sisältö huolella läpi Kysymykset videoon -tehtävän avulla.

5. Vinkki: Voit pyytää opiskeluhuollon edustajia, kasvatusohjaajaa, harrastusohjaajaa, koulunuorisotyöntekijää tai muita koulun aikuisia esittäytymään ja/tai pitämään tunnin kanssasi.

© Tiia Thil

JYVÄSKYLÄ

YHDESSÄ ON KIVAA



8. ja 9.lk

Kiusaamisen vastainen tunti

1. Luokassa tulee olla riittävän turvallinen ilmapiiri kiusaamisteeman käsittelyyn. Kannattaa pyytää toinen aikuinen työpariksi, sillä tunnin aihe voi nostattaa vaikeita tunteita. Kerro oppilaille, että he voivat jäädä tunnin jälkeen juttelemaan kanssasi. Muistuta myös opiskeluhuoltopalveluista ja koulunne muista aikuisista. Tunti on osa Jyväskylän kaupungin perusopetuksen Kiusaamisen vastaista toimintamallia.

2. Tutustu huolella oppitunnin materiaaleihin Nuorten suusta - Kiusaamisen vastainen tunti (Oppimateriaalit ja tehtävät). Kun teette harjoitusta, heijasta oppilaille ikävät sanat, jotta he voivat lukea niitä taululta. Arvioi harjoituksen kesto oppilaiden aktiivisuuden ja osallistumisen mukaan. Anna selkeä merkki, kun harjoitus päättyy. Hyödynnä harjoituksen läpikäymisessä apukysymyksiä.

3. Käykää läpi toinen kierros, jossa oppilaat keksivät ja sanovat ääneen ystävällisiä asioita. Muistuta heitä ystävällisyydestä ja toisten kunnioittamisesta sekä erilaisuuden hyväksymisestä.

© Tiia Thil

JYVÄSKYLÄ

YHDESSÄ ON KIVAA



9.lk

Seksuaalinen häirintä netissä 1-2 h

1. Tietoinen hengitys -harjoitus n. 4 min. (OPH / Terve Oppiva Mieli) Tee harjoitus oppilaiden kanssa. Pyydä oppilaita kuulostelemaan, miltä harjoitus tuntui. Mikä sana kuvaa tällä hetkellä omaa oloa?

2. Katsokaa Pelastakaa lasten Nettivihje -video 4 min. Keskustelkaa videosta ja aiheesta. Mitä ajatuksia ja tunteita video herätti oppilaissa? Entä sinussa itsessäsi?

3. Oppilaat tutustuvat pareittain Pelastakaa lasten MUN KEHO MUN RAJAT -oppaaseen. Jaa oppilaille KYSYMYKSET-tehtävä (Oppimateriaalit ja tehtävät) ja pyydä oppilaita etsimään parin kanssa oppaasta vastaukset kysymyksiin.

4. Tarkistakaan tunnin päätteeksi tehtävä. Käytä apunasi VASTAUKSET-tiedostoa (Oppimateriaalit ja tehtävä). Kerätkää nuorten itse keksimät vinkit talteen. Halutessanne voitte tehdä niistä toisella tunnilla julisteet esim. Canva-ohjelman avulla.

© Tiia Thil

JYVÄSKYLÄ

YHDESSÄ ON KIVAA



9.lk

Seksuaalinen häirintä ja väkivalta 1-2h

1. Tietoinen hengitys -harjoitus n. 4 min. (OPH/Terve Oppiva Mieli) Tee harjoitus yhdessä oppilaiden kanssa. Kysy oppilailta, miten harjoitus vaikutti heihin. Mitä hyötyä harjoituksen tekemisestä on?

2. Tutustukaa Seksuaalinen häirintä ja väkivalta -sivustoon. Lukekaa esimerkit MLL Nuortennetin *"Seksuaalista häirintää voi olla esimerkiksi"* -esityksestä.

3. Ryhmäkeskustelu n. 4 oppilaan ryhmissä. Mitä ajatuksia ja tunteita esimerkit herättävät? Ovatko oppilaat joskus kokeneet häirintää? Ovatko he kuulleet tai nähneet häirintätapauksia?

4. Käykää sen jälkeen yhdessä keskustellen läpi osiot *"Mitä voit tehdä?"* ja *"Kerro aikuiselle"*. Harjoitelkaa kieltäytymään ja sanomaan jämäkästi "EI". Näytä oppilaille esimerkkiä.

5. Jos aikaa on jäljellä: Käykää läpi Kun toinen osapuoli on aikuinen -osiosta MLL Nuortennetin *"Seksuaalisesta väkivallasta on kyse, jos aikuinen esimerkiksi"* -esitys. Muistuta aikuisen vastuusta.

© Tiia Thil

JYVÄSKYLÄ