



Lempäälän kunnan perusopetuksen 7.
luokkalaisten laaja-
alaiset hyvinvointitaitotunnit



OPS

- Perusopetuksen opetussuunnitelmassa todetaan, että jokainen oppilas on ainutlaatuinen ja arvokas juuri sellaisena kuin hän on.
- Jokaisella on oikeus kasvaa täyteen mittaansa ihmisenä ja yhteiskunnan jäsenenä.
- Tässä oppilas tarvitsee kannustusta ja yksilöllistä tukea sekä kokemusta siitä, että kouluyhteisössä häntä kuunnellaan ja arvostetaan ja että hänen oppimisestaan ja hyvinvoinnistaan välitetään.
- Yhtä tärkeä on kokemus osallisuudesta ja siitä, että voi yhdessä toisten kanssa rakentaa yhteisönsä toimintaa ja hyvinvointia.



LAAJA-ALAISTEN HYVINVOINTITAITOTUNTIEN TAVOITTEET

- Omien vahvuuksien ja kehitystarpeiden tunnistaminen (L1)
- Omien mielipiteiden ja tunteiden rakentava ilmaisu erilaisissa vuorovaikutustilanteissa. (L2)
- Toisten kuuntelu ja arvostava kohtaaminen (L2)
- Toisen asemaan asettuminen (L2)
- Hyvinvointia edistävien ja haittaavien tekijöiden tunnistaminen. Hyvinvointia edistävien toimintatapojen tukeminen (L3)
- Vastuun ottaminen itsestä ja oman arjen sujumisesta (L3)
- Erilaisten tunteiden nimeäminen ja tunnistaminen (L3)
- Ristiriitaisten tunteiden ja ajatusten kohtaaminen ja hallinta (L3)
- Yksityisyyden ja henkilökohtaisten rajojen tunnistaminen ja suojaaminen (L3, L5)

LAAJA-ALAISTEN HYVINVOINTITAITOTUNTIEN SISÄLLÖT

- Ryhmäytymisharjoitukset ja luokkakavereihin tutustuminen.
- Kaveritaitojen ja arvostavan kohtaamisen harjoittelu.
- Itsetuntemuksen harjoittelu, itselle tärkeät asiat ja itsemyötätunto.
- Hyvän huomaaminen itsessä ja muissa.
- Arjen hyvinvoinnin harjoittelu ja tukeminen
- Arjessa palautuminen ja rauhoittuminen
- Some ja hyvinvointi. Turvallinen toiminta somessa.
- Omat tavoitteet ja unelmat tulevaisuuteen.
- Oman tilan ja kosketuksen rajaamisen taidot

LAAJA-ALAISTEN HYVINVOINTITUNTtien VUOSIKELLO

Elokuu: **Luokka tutuksi**

Syyskuu: **Minä ja kaverit**

Lokakuu: **Minun arkeni**

Marraskuu: **Rauhoitun ja rentoudun**

Joulukuu: **Hyvä minä, hyvä me**

Tammikuu: **Somen voima ja varjo**

Helmikuu: **Tunnen itseni**

Maaliskuu: **Minulle tärkeät asiat**

Huhtikuu: **Omat rajat**

Toukokuu: **Katse tulevaisuuteen**

