

Luokanohjaajan tukimateriaali

Materiaali on muokattu Sitouttava kouluyhteistyö (SKY) -
hankkeen Tampereen kaupunkiseudun pilotista, joka toimi
vuosina 2021-2023

5 K:ta kohtaamiseen

- Kiinnostuminen
- Kysyminen
- Kuuntelu
- Kannustus
- Kunnioitus

Lähde: Kukoistava kasvatus, positiivisen pedagogiikan ja laaja-alaisen hyvinvointiopetuksen käsikirja (Pauliina Avola ja Viivi Pentikäinen, 2019)

Linkkejä ja vinkkejä ryhmäytykseen

[Leikkipankki](#)

[Hyvän mielen taitomerkki](#)

[Mieli ry - Hyvän mielen treenivihko](#)

[MLL-tehtäväkortit](#)

[Sporttipankki](#)

[Yhteispeli koulussa](#)

Jokainen
koulupäivä
on
tärkeä

Materiaalilinkkejä ja kirjallisuutta

[Arjen hallinta ja hyvinvointi](#)

[Hyvä koulu](#)

[Itsetuntemus](#)

[Kaveritaidot](#)

[Kiitollisuus](#)

[Läsnäolotaidot ja unelmointi](#)

[Mediataidot](#)

[Ratkaisu- ja sovittelutaidot](#)

[Ryhmäyttäminen ja tutustuminen](#)

[Tietoisuustaidot](#)

[Tunnetaidot](#)

[Turvataidot](#)

[Vahvuudet](#)

[Vuorovaikutustaidot](#)

[Kirjallisuutta](#)

Arjen hallinta ja hyvinvointi

[Hyvän mielen materiaalit nuorille - MIELI ry](#) Mielenterveyden käsi, Mielikarttani

[Millainen selviytyjä olen? -juliste - MIELI ry](#) Selviytymiskeinoja elämän murheissa ja kriiseissä

[Selviytyjän purjeet -juliste - MIELI ry](#) Omien selviytymiskeinojen pohtiminen

[Mitä sinulle kuuluu? -kortit - MIELI ry](#) Mielen terveyteen ja hyvinvointiin liittyviä kysymyksiä

[Palauttava uni - MIELI ry](#) (Unen tehtävä, Unen vaiheet, Unen tarve vaihtelee, Univaje heikentää terveyttä ja mielialaa, Uni on osa vuorokausirytmää, Keinoja parempaan uneen, Tavallisimpia uniongelmia, Tutustu unien merkityksiin)

[Unijuttuja-sivun kysymykset ja tehtävät sopivat unikeskustelun sytykkeeksi. \(ryhmarenki.fi\)](#)

[Terveys ja hyvinvointi - Värinautit \(varinautit.fi\)](#)

[Alakoulu - Terve koululainen](#) (Liikkuminen, Lääkekasvatus, Ravinto ja Uni)

[Yläkoulu - Terve koululainen](#) (Fyysinen aktiivisuus, Ilmapiiiri ja pelisäännöt, Lepo ja uni, Liikuntataidot, Lääkekasvatus, Murrosiän muutokset, Ravinto, Tapaturmat, Taustajoukot tukena, Terveystenhoito, Ympäristö ja varusteet)

[Työkaluja taukoliikuntaan - Terve koululainen](#) Taukoliikunta

[Hyvän mielen liikuntapassi lapsille - MIELI ry](#) Hyvän mielen liikuntapassi lapsille

Mielenterveyttä edistävää ohjelmaa nuorille -[ohje- ja tehtävämateriaali](#), Yeesi (yläkoulu)

[Koulukunnossa-hankkeen hyvinvoinnin vuosikello esi- ja perusopetukseen](#)

Hyvä koulu

[Kaveritaitoja-ohjelma \(sroppimateriaalit.fi\)](https://sroppimateriaalit.fi) Yksinäisyys (nuoret ja nuoret aikuiset)

[Kiusaamisen ehkäisemisen aineistot - Mannerheimin Lastensuojeluliitto \(mll.fi\)](https://mll.fi) MLL - kiusaamisen ehkäisemisen aineisto (4.-9. -luokkalaiset)

[Kaveritaitoja Muumien tapaan \(sroppimateriaalit.fi\)](https://sroppimateriaalit.fi) Yksinäisyys (pienemmät oppilaat)

[HYMY-TAIDOT | HyMy-koulut \(hymykoulut.fi\)](https://hymykoulut.fi) Ihmissuhdetaidot (video) (sopii monen ikäisille)

[loader.aspx \(rovaniemi.fi\)](https://rovaniemi.fi) Hyvinvoinnin vuosikello Rovaniemi, Yhteisöllisyyden teemat kaikilta luokka-asteilta. (Luokat 1-9)

[**HYVÄÄ KASVUA opetussuunnitelma - Positiivinen oppiminen**](#) laaja-alaisen hyvinvointiopetuksen opetussuunnitelma perusopetuksen vuosiluokille 1.-9. Kaikki HYVÄÄ KASVUA OPS:in materiaalit, videot ja sisällöt ovat vapaasti kaikkien Suomen koulujen, opettajien, henkilöstön ja oppilaiden käytössä. Materiaaleja saa käyttää vapaasti opetuksessa ja oppitunneilla sekä muokata opetuskäyttöön.

Ryhmäyttäminen ja tutustuminen

[Tutustuminen ryhmässä -sivulla on ideoita ryhmän tutustumisvaiheeseen. \(ryhmarenki.fi\)](#)

[Tutustumistehtävät - Värinautit \(varinautit.fi\)](#) (lukutaitoisille, sopivat parhaiten alakoululaisille)

[Perhe - Värinautit \(varinautit.fi\)](#) (lukutaitoisille, sopivat parhaiten alakoululaisille)

[Kaveritaitoja-ohjelma \(sroppimateriaalit.fi\)](#) Uuteen ihmiseen tutustuminen (Isommille oppilaille, myös nuoret aikuiset)

<https://www.mll.fi/ammattilaisille/ammattilaisten-aineistot/koulujen-aineistot/ryhmayttamisen-aineistot/> MLL - ryhmäyttämisen aineistot (erityisesti yläkoulu)

[Kaveritaitoja Muumien tapaan \(sroppimateriaalit.fi\)](#) Uuteen kaveriin tutustuminen (Pienemmät oppilaat)

Itsetuntemus

[Hyvän mielen materiaalit nuorille - MIELI ry](#) Kuka minä olen, Löydä arvosi, Pohdinnan pisarat, Voimavarojen viirit (Yläkoulu)

[Temperamenttiteemi -tehtävä koululaisille - MIELI ry](#) Millainen sinä olen? (Sopii monenikäisille)

[Minun voimajuliste - Positiivinen kasvatus](#) (Alakoulu)

[Kaveritaitoja-ohjelma \(sproppimateriaalit.fi\)](#) Itsetuntemus (Nuoret ja nuoret aikuiset)

[Kaveritaitoja Muumien tapaan \(sproppimateriaalit.fi\)](#) Itsetuntemukseen liittyviä harjoituksia Muumien kanssa, 11 harjoitusta (Pienemmät oppilaat)

[Temperamenttirobotti -juliste - MIELI ry](#) Omiin temperamenttipiirteisiin tutustuminen alakoulussa (alakoulu)

[Terveys ja hyvinvointi - Värinautit \(varinautit.fi\)](#) Kerro itsestäsi, Itsetunto, Minä osaan, Kaikki minun taitoni, Kaikki minun vahvuuteni, Harrastukset (Alakoulun alaluokat)

[Mitä sinulle kuuluu? -kortit - MIELI ry](#) Mielen terveyteen ja hyvinvointiin liittyviä kysymyksiä (Sopivat monenikäisille)

[MLL-Terve-minä-2010.pdf](#) Terve minä, Tukioppilastoiminnan materiaali itsetuntemuksesta (Yläkoulu)

Kaveritaidot

[Kamu-tunnit](#) Suomen Mielenterveys Mieli ry:n kaveri- ja mielenterveystaito-ohjelma (neljän oppitunnin kokonaisuus) (Yläkoulu)

[Kaveritaitoja-ohjelma \(sproppimateriaalit.fi\)](#) Kaveritaitoja-ohjelma koko sisältö (Isommat oppilaat, myös nuoret aikuiset)

[Kaveritaitoja-ohjelma \(sproppimateriaalit.fi\)](#) Kaveritaidot (Isommat oppilaat, myös nuoret aikuiset)

[Kaveritaitoja Muumien tapaan \(sproppimateriaalit.fi\)](#) Kaveritaitoja Muumien tapaan (kokonaisuus, johon kuuluu useampi teema) (Pienemmät oppilaat)

[Kaveritaitoja Muumien tapaan \(sproppimateriaalit.fi\)](#) Suora linkki kaveritaitoteemaan, jossa on 11 erilaista harjoitusta (Pienemmät oppilaat)

[Kaveritaitoja Muumien tapaan \(sproppimateriaalit.fi\)](#) Uuteen ihmiseen tutustuminen 9 erilaisen harjoituksen avulla (Pienemmät oppilaat)

[Ystävyyys - Värinautit \(varinautit.fi\)](#) Paljon erilaisia kirjallisia ystävyyteen ja kaveritaitoihin liittyviä tehtäviä ja harjoituksia, julisteita sekä kaveritaitopeli (Lukutaitoisille, sopii parhaiten alakoululaisille)

[HYMY-TAIDOT | HyMy-koulut \(hymykoulut.fi\)](#) Ihmissuhdetaitoihin liittyvä video (Sopii kaikenikäisille)

[Hyvän mielen materiaalit nuorille - MIELI ry](#) Ihmissuhdetaituri, Kaveruuden janalla (Yläkoulu)

[Hyvän kuuntelijan peli - MIELI ry](#) Peli alakoululaisille (Alakoulu)

[Tunne- ja kaveritaitokortit alakouluun - MIELI ry](#) Tunne- ja kaveritaitokortit sekä Tunne- ja kaveritaitokortit ideapankki alakoululaisille

[Sosiaaliset taidot - \(viitotturakkaus.fi\)](#) Julisteita, tehtäviä ja kuvaesityksiä kaveritaitoihin ja ystävyyteen liittyen pienille lapsille ja alakoululaisille

[Jotain rajaa! -opetusaineisto alakouluun - MIELI ry](#) Videoita kaverisuhteisiin ja kiusaamiseen liittyen (Alakoulu)

Kiitollisuus

[Kiitollisuuspurkki ja lisämateriaali - Positiivinen kasvatus](#)

[Onnellisuustaidot - onnellinen lapsi - \(viitotturakkaus.fi\)](#)

[Hyvän mielen materiaalit nuorille - MIELI ry](#) Kiitollisuuspäiväkirja

[Terveys ja hyvinvointi - Värinautit \(varinautit.fi\)](#) Kiitollisuuden kukka

Tunnetaidot

[Tunne- ja vuorovaikutustaidot - Värinautit \(varinautit.fi\)](#)

[Ammattilaisille - Turvataitokasvatus - Oulun kaupunki](#) Tunne- ja turvataitokasvatus Esiopetus, 1.-9.lk

[HYMY-TAIDOT | HyMy-koulut \(hymykoulut.fi\)](#) Tehtäväkortit, Emojikortit ja Tunnekortit

[MAHTI-tunnekortit | Tukiliitto](#)

[Kaveritaitoja-ohjelma \(sproppimateriaalit.fi\)](#) Itsemyötätunto

[Kaveritaitoja Muumien tapaan \(sproppimateriaalit.fi\)](#) Myötätunto ja itsemyötätunto, 10 erilaista harjoitusta Muumien kanssa

[Tunnetaidot - \(viitotturakkaus.fi\)](#)

[Mitä sinulle kuuluu? -kortit - MIELI ry](#) Mielen terveyteen ja hyvinvointiin liittyviä kysymyksiä (Tunnista tunteet -teema)

[Mikä fiilis? -sivulla on ideoita ryhmien ja koulutusten fiiliskierroksiin. \(ryhmarenki.fi\)](#)

[Hyvän mielen materiaalit nuorille - MIELI ry](#) Minä selviän, Missä tunne tuntuu, Tunnemittarini, Tunteet haltuun, Tunteiden merkitys

Tunnetaidot jatkuu...

[Tunnepilvet alakouluun - MIELI ry](#) Tunnepilvet

[Tunnepilvet sanoilla ja kuvilla - MIELI ry](#) Tunnepilvet sanoilla ja kuvilla

[Tunnerobotti lapsille - MIELI ry](#) Tunnetaitojen harjoittelu alakoulussa: Tunteiden nimeäminen ja sanoittaminen

[Tunteiden vuoristorata -juliste - MIELI ry](#) Juliste

[Terveys ja hyvinvointi - Värinautit \(varinautit.fi\)](#) Minä tunnen, Tunteet sekaisin

[varinautit_tunnetaitokoneet.pdf - Google Drive](#) Tunnetaitokoneet

[Muistipelikortit tunnesanoista lapsille - MIELI ry](#) Tunnesana- ja tunnekuvakortit

[Tunne- ja vuorovaikutustaidot tukioppilastoiminnassa - Mannerheimin Lastensuojeluliitto \(mll.fi\)](#) Tunne- ja vuorovaikutustaidot (ladattavat materiaalit)

[Mitä kuuluu? -opetuskokonaisuus jaksamisesta ja tunnetaidoista, Yeesi \(yläkoulu\)](#)

Turvataidot

[Hyvän mielen materiaalit nuorille - MIELI ry](#) Apua ja tukea, Turvaa ja tukea, Turvaverkkoni

[Ammattilaisille - Turvataitokasvatus - Oulun kaupunki](#) Tunne- ja turvataitokasvatus
Esiopetus, 1.-

[Puhutaan suostumuksesta - seksuaalioikeuksien ja suostumuskulttuurin opetusmateriaali](#),
Amnesty Suomi (yläkoulu)

<https://tasaseks.fi/ilmaismateriaalit/> Materiaalia esim. seksuaalisesta häirinnästä

<https://www.hyvakysymys.fi/uploads/2020/08/d4343435-lasten-starttipaketti-19.8.2020.pdf> Kehotunnekasvatuksen starttipaketti (pienemmät lapset)

Vahvuudet

[Hyvän mielen materiaalit nuorille - MIELI ry](#) Minussa on hyvää -harjoitus (nuoret)

[Minun voimajuliste - Positiivinen kasvatus](#) (Alakoulu)

[Vahvuuskortit - MIELI ry](#) 24 luonteenvahvuutta (Monikäyttöiset monenikäisille)

Läsnäolotaidot ja unelmointi

[Oiva - Harjoitukset \(oivamieli.fi\)](#) Tietoinen läsnäolo, Havainnointi, Hyväksyntä sekä Harjoituksia teemoihin: Stressaa, Ahdistaa, Masentaa ja En saa unta

[HYMY-TAIDOT | HyMy-koulut \(hymykoulut.fi\)](#) Läsnäolotaidot

[Hymykoulut \(vimeo.com\)](#) Läsnäoloharjoituksia: Mindfulness-harjoituksia ja rentoutumisharjoituksia koululaisille (sopivat myös aikuisille) Suora linkki ohjattuihin läsnäoloharjoituksiin, jotka sopivat niin lapsille kuin aikuisille

[Lapsille ja nuorille - Onnellisuuspaja](#) Läsnäoloharjoituksia lapsille ja nuorille

[Hyvän mielen materiaalit nuorille - MIELI ry](#) Pysähdytään

[Kaveritaitoja Muumien tapaan \(sproppimateriaalit.fi\)](#) Erilaisia läsnäolotaitoja Muumien kanssa

[Hyvän mielen materiaalit nuorille - MIELI ry](#) Pää pilvissä, Tulevaisuuden minä,

[Terveys ja hyvinvointi - Värinautit \(varinautit.fi\)](#) Minun unelmani, Mistä haaveilet?

Mediataidot (vuorovaikutus netissä ja nettiturvallisuus)

[Digihyvinvointibingo](#), Mediakasvatusseura (ala- ja yläkoulu)

[Digihyvinvointitesti](#), Nuortennetti (yläkoulu)

[Digitaalinen jalanjälki](#), Mediakasvatusseura (yläkoulu)

[Disinformaatio nuorten mediamaailmassa -tehtävät](#), Metka-mediakasvatuskeskus (yläkoulu)

[Hullu hullumpi yläaste](#), Yle Areena (yläkoulu - jaksoissa mediakasvatukseen sopivaa materiaalia, jota saa näyttää tunneilla)

[Hyvällä mielellä median kanssa](#), Mediataitokoulu (6.lk ja yläkoulu, selkokieleninen)

[Koululaisen mediabingo](#), Mediakasvatusseura (ala- ja yläkoulu)

[Kännykkäpäiväkirja](#), Metka-mediakasvatus (4.-6.lk)

[Mediadiologia!-keskustelukortit](#), Metka-mediakasvatuskeskus (ala- ja yläkoulu)

[Mediataidot hyvinvoinnin tukena](#), Mediakasvatusseura (yläkoulu)

[Mediakasvatus. Tukioppilaan koulutusmateriaalit](#). Mannerheimin Lastensuojeluliitto (yläkoulu - sopii myös luokanohjaajan tunneille)

[Mediaseksin lukutaitoa nuorille -julkaisu](#), Mediataitokoulu (yläkoulu)

[Minkälainen mediankäyttäjä olet?](#) -testi, Metka-mediakasvatuskeskus (yläkoulu)

[Miten meihin vaikutetaan?](#) Mediakasvatusseura (yläkoulu)

[Pelkkää feikkiä -juliste harhaanjohtamisesta mediassa](#), Mediataitokoulu (yläkoulu)

[Roolibingo verkkokeskustelijatyypeistä](#), Voima-mediakasvatussivusto (yläkoulu)

[Sosiaalinen media vaikuttamisen välineenä -työpaja](#), Metka-mediakasvatuskeskus (yläkoulu)

Ratkaisu- ja sovittelutaidot

[Kaveritaitoja-ohjelma \(sroppimateriaalit.fi\)](https://sroppimateriaalit.fi) Vastoinkäymisten kohtaaminen

[Kaveritaitoja-ohjelma \(sroppimateriaalit.fi\)](https://sroppimateriaalit.fi) Itsemyötätunto

[HYMY-TAIDOT | HyMy-koulut \(hymykoulut.fi\)](https://hymykoulut.fi) Mitä ratkaisutaidot ovat?

Vuorovaikutustaidot

[Hyvän kuuntelijan peli - MIELI ry](#) (alakoulu)

[Sosiaaliset taidot - \(viitotturakkaus.fi\)](#)

[Kaveritaitoja-ohjelma \(sproppimateriaalit.fi\)](#) Uuteen ihmiseen tutustuminen (Nuoret ja nuoret aikuiset)

[kaikki-kortit-a4-netti.pdf \(suomenlatu.fi\)](#) Kysymyskortit keskusteluharjoitukseen

[Terveys ja hyvinvointi - Värinautit \(varinautit.fi\)](#) Miten tänään sujui?, Miten voit tänään?, Miten tämä viikko sujui?, Kerro itsestäsi, Mitä sulle kuuluu?, Miten tämä vuosi sujui?, Mistä haaveilet?, Miten viikonloppu sujui?, Miten loma sujui? (Alakoulu, lukutaitoiset)

[HYMY-TAIDOT | HyMy-koulut \(hymykoulut.fi\)](#) Ihmissuhdetaidot (video)

[Tunne- ja vuorovaikutustaidot tukioppilastoiminnassa - Mannerheimin Lastensuojeluliitto \(mll.fi\)](#) Tunne- ja vuorovaikutustaidot (Ladattavat materiaalit)

Kirjallisuutta

Yläkouluun:

Avola, Pauliina & Pentikäinen, Viivi 2019: *Kukoistava kasvatus. Positiivisen pedagogiikan ja laaja-alaisen hyvinvointiopetuksen käsikirja*. BEEhappy Publishing. Espoo.

Cacciatore, Raija & Karukivi, Max 2014: *Mieletön fiilis. Hyvän mielen käsikirja*. Kustannusosakeyhtiö Tammi. Helsinki.

Jääskinen, Anne-Mari & Pelliccioni, Sanna 2017: *Mitä sä rageet? Lapsen ja nuoren tunnetaitojen tukeminen*. Lasten keskus ja Kirjapaja Oy. Helsinki.

Jääskinen, Anne-Mari & Pellccioni, Sanna 2017: *Mitä sä rageet? #tunteita sikanolosta sairaan siistiin*. Lasten keskus ja Kirjapaja Oy. Helsinki.

Kokkonen, Marja 2017: *Ihastuttavat, vihastuttavat tunteet. Opi tunteiden säätelyn taito*. PS-Kustannus, Jyväskylä.

Lahtinen, Anuliisa & Rantanen, Jarkko 2019: *Tunnetaidot opetustyössä: opas haastaviin tilanteisiin*. PS-Kustannus, Jyväskylä.

Leskisenoja, Eliisa & Sandberg, Erja 2019: *Positiivinen pedagogiikka ja nuorten hyvinvointi*. PS-Kustannus, Jyväskylä.

Pesonen, Anniina, Nurmi, Reetta ja Hannukkala, Marjo 2019: *Hyvän mielen koulu. Käsikirja*. Suomen Mielenterveys Mieli ry. Kirjapaino Jaarli Oy. Turenki.

Rechtshaffen Daniel J., 2017: *Keskittymiskykyä luokkaan. Tietoisuusharjoitusten opaskirja*. PS-Kustannus, Jyväskylä.

Uusitalo, Lotta & Vuorinen, Kaisa 2019: *Huomaa hyvä! Näin ohjaat lasta ja nuorta löytämään luontevahvuutensa*. PS-Kustannus, Jyväskylä.

Virtanen, Mirjam 2015: *Kuusi askelta tunnetaitajaksi. Emotionaalisen osaamisen kehittämismalli opettajalle*. PS-Kustannus, Jyväskylä.

Kirjallisuutta

Alakouluun:

Kiiski, Johanna & Pursiainen, Lauri 2016: *Tuliko tunne? Välineitä tunnetaitojen harjoitteluun*. Valteri-koulu, Jyväskylä.

Lahtinen, Anuliisa & Rantanen, Jarkko 2019: *Tunnetaidot opetustyössä: opas haastaviin tilanteisiin*. PS-Kustannus, Jyväskylä.

Leskisenoja, Eliisa 2017: *Positiivisen pedagogiikan työkalupakki*. PS-Kustannus, Jyväskylä.

Núñez Pereira, Cristina & Valcárcel, Rafael R. 2018: *Tunnehetket. Tehtäviä tunnetaitokasvatukseen*. Suomentanut Korhonen, Jussi. PS-Kustannus, Jyväskylä.

Pöyhönen, Julia & Livingston, Heidi 2020: *Tunnetaitojen käsikirja. Askeleittain etenevä tunnetaito-ohjelma lapselle ja vanhemmalle*. Mäkelä, Karkkila.

Trogen, Tiia 2021: *Positiivinen kasvatus*. PS-Kustannus, Jyväskylä.

Rechtshaffen Daniel J., 2017: *Keskittymiskykyä luokkaan. Tietoisuusharjoitusten opaskirja*. PS-Kustannus, Jyväskylä.

Uusitalo, Lotta & Vuorinen, Kaisa 2019: *Huomaa hyvä! Näin ohjaat lasta ja nuorta löytämään luontevahvuutensa*. PS-Kustannus, Jyväskylä.

Uusitalo-Malmivaara, Lotta & Vuorinen, Kaisa 2020: *Huomaa hyvä! Vahvuusvariksen bongausopas*. PS-Kustannus, Jyväskylä.

Wenström, Sanna 2022: *Kaikilla vahvuuksilla. Opas laajan vahvuusnäkemysten käyttöön opetuksessa*. PS-Kustannus, Jyväskylä. *ilmestyy 4/22

Virtanen, Mirjam 2015: *Kuusi askelta tunnetaitajaksi. Emotionaalisen osaamisen kehittämismalli opettajalle*. PS-Kustannus, Jyväskylä.