

ALIAS -sanaselityspeli

- Esim. ravitsemukseen liittyvistä sanoista
- Lapuilla sana, jota selitetään muille siten, että lapun sanaa ei sanota, vaan etsitään synonyymejä
- muut yrittävät arvata sanan

Maailman tervein ihminen

- isolle paperille piirretään ihmisen kuva, oppilaat miettivät ryhmässä ominaisuuksia, jotka liittyvät maailman terveimpään ihmiseen
- ryhmät esittävät omat tuotoksensa muulle ryhmälle

Learning cafe

- esim. päihteistä, liikunnasta, ravinnosta
- on keskustelua, tiedon luomiseen ja siirtämiseen tarkoitettu yhteistoimintamenetelmä. Ryhmä jaetaan pöytiin, joista kukin käsittelee samaa teemaa eri näkökulmista. Kussakin pöydässä on kirjuri/puheenjohtaja, joka pysyy paikoillaan, mutta muut osallistujat siirtyvät pöydästä toiseen osallistuen kuhunkin keskusteluun. Keskustelun tulokset kirjataan isolle paperille tms. Lopussa puretaan yhdessä kunkin ryhmän tulokset läpi.

Aktiivisuusranneke

- Päivittäisen aktiivisuuden ja unen mittaukseen
- Henkilökohtainen data esim. viikon ajalta
 - tulee olla arkipäiviä ja viikonloppu
- unen, liikunnan ja arjenhallinnan (arkirytmii) tarkastelu, vertailu/pohdinta kaverin kanssa
- käytännön testi oppitunnin aikana
 - ryhmille eri tehtäviä, istuminen, kävely, peli, kuntosali: miten näkyy aktiivisuudessa?

Ruokarastit

Ravinnosta valmistetaan rasteja, joissa havaintomateriaalia mm. tyhjiä pakkauksia, sipsi- ja karkkipusseja. Oppilaat kiertävät rasteja ja laskevat kaloreita, rasvoja jne.

Seksibingo

Seksuaaliterveydestä tehty kysymyksiä ja jokainen väite on numeroitu. Oppilas merkitsee 4x4 numeroituun ruudukkoon oikean väittämän numeron. Opettaja luettelee oikean rivin sattumanvaraisessa järjestyksessä ja bingon voi saada vaakaan, pystyyn tai vinoittain.

Sokerin määrä eri tuotteissa

Sokerin saantia havainnollistetaan liimaamalla/kokoamalla tuotteen sisältämä sokerimäärä tuotteen kuvan/pakkauksen viereen.

Ryhmäytymisharjoituksia

Muodostakaa ryhmästäanne rivi/jono, ilman puhumista (elekieltä saa käyttää):

- aakkosjärjestykseen etunimen/sukunimen mukaan
- syntymäkuukauden mukaan
- pituusjärjestykseen
- hiusten tummuuden mukaan