

Orimattilan kaupungin  
hyvinvointiopetuksen suunnitelma  
sekä  
kouluilla tehtävä hyvinvointityö

2025

# Orimattilan kaupungin hyvinvointiopetuksen suunnitelma

## Hyvinvointityö peruskoulussa ja toisella asteella

### Koulujen hyvinvointityön perusta

Yksiköiden hyvinvointityö pohjautuu perusopetuksen opetussuunnitelman perusteisiin sekä lukion opetussuunnitelman perusteisiin. Hyvinvointityön taustalla ovat myös mm. Opiskeluhoitosuunnitelmasta löytyvät tasa-arvo- ja yhdenvertaisuussuunnitelma, poissaoloihin puuttumisen malli, toimenpideohjelma kiusaamisen, väkivallan ja häirinnän ehkäisemiseksi sekä alueellinen sekä Orimattilan lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelma. Lisäksi OPS muutosmääräyksessä 1.8.2023 korostettiin yhtenäisen perusopetuksen toimintakulttuuria. Tavoitteena on luoda toimintakulttuuria, joka edistää oppimista, osallisuutta, kouluun kiinnittymistä, hyvinvointia ja kestäväää elämäntapaa. Oppimisen tuen uudistuksessa 1.8.2025 korostuu oppimisen edellytyksiä tukevien opetusjärjestelyjen ja ryhmäkohtaisen tukimuotojen myötä koulujen toimintakulttuureiden ja työskentelytapojen merkitys. Kouluilla tehtävä hyvinvointityö ja hyvinvointiopetus on tässä tärkeässä roolissa.

Perusopetuksen ja lukiokoulutuksen tehtävänä on tukea yhteistyössä kotien kanssa lasten ja nuorten oppimista, kehitystä ja hyvinvointia sekä rakentaa heidän myönteistä identiteettiään oppijoina ja oman yhteisön jäsenenä. Koulun hyvinvointitehtävä on jokaisen koulu yhteisön jäsenen vastuulla.

### Koulu oppimis- ja kasvu ympäristönä

Koulu on kodin rinnalla lasten ja nuorten tärkein elinympäristö. Koulu on täten otollinen ympäristö kohdistaa kaikille lapsille ja nuorille mielenterveyttä edistäviä interventioita. Syksystä 2024 hyvinvointiohjelma kattaa Orimattilassa lapsen koulupolun alakoulusta lukioon.

Laaja-alainen oppilaiden/opiskelijoiden hyvinvoinnin tukeminen on yhteisöllistä opiskeluhoiltoa. Vahvistamalla koulussa hyvinvointia tukevaa toimintakulttuuria, huolehditaan oppilaiden ja koko koulu yhteisön hyvinvoinnista.

Koulujen hyvinvointityö on osa oppimisen edellytyksiä tukevia opetusjärjestelyjä ja/tai ryhmäkohtaisia tukimuotoja kohdistuen kaikkiin yksikön oppilaisiin tai tiettyyn luokkaan. Kaikilla Orimattilan kouluilla toimii hyvinvointivastaavia, joiden tehtävänä on kehittää kouluilla tehtävää hyvinvointityötä (toimintatavat, toimintakulttuuri, tietoisuus hyvinvointiin liittyvistä asioista jne.)

## Hyvinvointitaitojen opettaminen

Hyvinvointitaitojen opettaminen pohjautuu varhaisen puuttumisen ja ennakoinnin näkökulmiin. Se on osa oppimisen edellytyksiä tukevia opetusjärjestelyjä ja ryhmäkohtaisia tukimuotoja. Tavoitteena on vahvistaa lasten ja nuorten hyvinvointia opettamalla heille taitoja, jotka kantavat elämässä eteenpäin, tukevat oppimista ja hyvinvointia yksilön ja yhteisön näkökulmasta. Orimattilan peruskouluissa ja toisella asteella tehtävän hyvinvointityön taustalla on ajatus: ”Hyvinvoiva lapsi/nuori oppii”.

Perusopetuksen ja lukion opetussuunnitelman perusteissa opetuksen ja kasvatuksen keskeisenä tavoitteena on **elämäntaitojen laaja-alainen osaaminen**. Niiden yhteisenä tehtävänä on lasten ja nuorten **ihmisenä kasvamisen tukeminen**. Koulu sisältää kaikki inhimillisen elämän ulottuvuudet ja antaa näin hyvän mahdollisuuden hyvinvointitaitojen tietoiseen kehittämiseen ja opettamiseen.

## Hyvinvointiopetus osana kiusaamisen ennaltaehkäisevää työtä

Koulun turvallisuudesta ja hyvinvoinnista huolehtiminen on osa jokaisen koulussa oppilaiden kanssa työskentelevän työtä. Kiusaamisen ennalta ehkäiseminen ja turvallisuuden edistäminen sisältyvät useisiin kohtiin opetussuunnitelmien perusteissa (arvopohja, laaja-alainen osaaminen, eri oppiaineiden tavoitteet/sisällöt). Kiusaamisen vastaisen työn kivijalan muodostavat koulun toimintakulttuuri, yhteisöllisyyden rakentaminen sekä tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettaminen.

Hyvinvointitaidot ovat ennaltaehkäiseviä mielenterveystaitoja. Ne ovat mm. vahvuustaitoja, tunnetaitoja, läsnäolotaitoja ja vuorovaikutustaitoja. Keskittymällä hyvinvoinnin tukemiseen voidaan tehokkaasti ehkäistä kiusaamiseen liittyviä ilmiöitä kuten syrjintää, häirintää ja vihapuhetta. Kiusaaminen ja turvataidot kuuluvat jokaisen vuosiluokan näkökulmiin ikäryhmään sopivalla tavalla.

Orimattilan kaupungin opetuspalveluissa on tehty kiusaamisen ennalta ehkäisyn ja puuttumisen suunnitelma perusopetuksessa ja toisella asteella.

## Hyvinvointiopetus Orimattilassa

Orimattilan perusopetuksessa ja toisella asteella opetetaan hyvinvointitaitoja. Hyvinvointiohjelma kattaa lapsen koulupolun alakoulusta toiselle asteelle. Hyvinvointitunnit ovat osa kouluilla tehtävää hyvinvointityötä. Alakoulujen viikoittaisen tunnin nimeksi Lasten parlamentti on valinnut Hyvis-tunnin. Yläkouluilla hyvinvointitaitoja harjoitellaan Minä ja meidän luokka-tunneilla (MML). Lukiossa hyvinvointitaitoja opiskellaan hyvinvointitunnilla. Hyvinvointiopetus kuuluu lisäksi mm. terveystiedon, ympäristöopin, yhteiskuntaopin, uskonnon, elämäntutkimustiedon, psykologian ja oppilaanohjauksen sisältöihin sekä on osa laaja-alaisen osaamisen taitoja (ajattelu ja oppimaan oppiminen, kulttuurinen osaaminen, vuorovaikutus ja ilmaisu, itsestä huolehtiminen ja arjen taidot, monilukutaito, tieto- ja viestintäteknologinen osaaminen, työelämätaidot ja yrittäjyys, osallistuminen,

vaikuttaminen ja kestävä tulevaisuuden rakentaminen). Oppituntien lisäksi tunne- ja vuorovaikutustaitojen harjoittelu arkisissa tilanteissa on tärkeä osa yksiköiden toimintakulttuuria ja hyvinvointiopetusta.

Orimattilan peruskoulujen ja lukion hyvinvointiopetuksen pohjana ovat alueelliset terveyden ja hyvinvoinnin kärjet (HyTe-kärjet). Ne ovat osa alueellista sekä Orimattilan lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelmaa. Hyvinvointituntien ja hyvinvointiopetuksen aihealueet ovat 1. Osallisuus ja yhteisöllisyys, 2. Mielen hyvinvointi, 3. Arjen turvallisuus ja 4. Terveelliset elintavat.

Hyvis- tuntien, Minä ja Meidän luokka-tuntien sekä lukion hyvinvointituntien sisältöjä ovat mm. osallisuus, ryhmäytyminen, turvataidot, itsetuntemus, vuorovaikutustaidot, tunnetaidot, vahvuudet, selviytymiskeinot, tietoisuustaidot ja terveellisten elintapojen vaikutus hyvinvointiimme. 9.- luokalla käydään läpi Mieli Ry:n KAMU –tunnit. Koululla sovitaan yhteistyössä oppilaanohjaajien ja terveystiedon opettajien kanssa, mille tunneille 4 neljä oppituntia tulevat.

Hyvinvointiohjelmassa ja hyvinvointiopetuksessa korostetaan turvallisen ryhmän ja ryhmäyttämisen tärkeyttä hyvinvoinnin ja oppimisen näkökulmasta ikätasosta riippumatta. Turvallisen ryhmän rakentaminen ja sen rakentumista vahvistavan vuorovaikutuskulttuurin luominen on tärkeä osa myös kiusaamisen ehkäisyä päivittäisissä ryhmätilanteissa.

Hyvinvointiopetus pitää sisällään myös päihdekasvatukseen liittyvät oppitunnit 5.-9. luokan oppilaille. Aiheina ovat päihteet ja siitä seuraava riippuvuus. Päihdekasvatustunnit hoidetaan yhteistyössä koulunuorisotyön kanssa.

- 5.lk energiajuomat, vape
- 6.lk nikotiinituotteet ja riippuvuus
- 7.lk päihteet
- 8.lk päihteet
- 9.lk toiminnalliset riippuvuudet (nettipelaaminen, some)

**Hyvinvointiopetus perustuu alueellisiin hyvinvoinnin ja terveyden kärkiin (HYTE)**

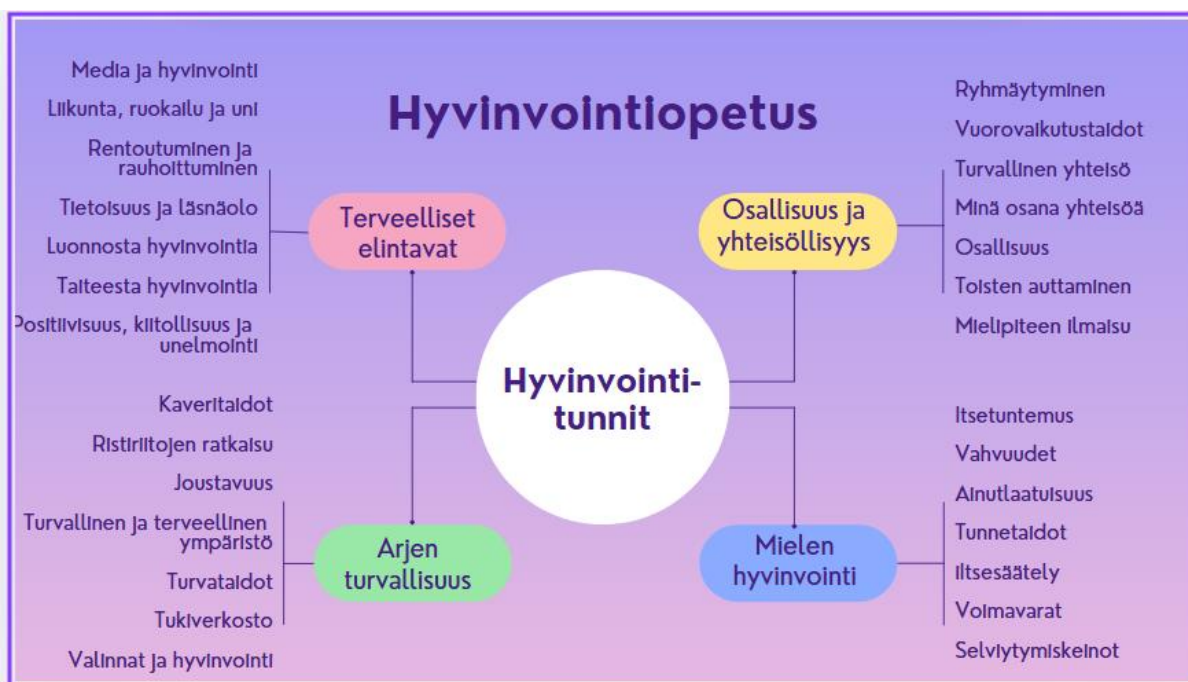
**OSALLISUUS JA YHTEISÖLLISYYS**

**MIELEN HYVINVOINTI**

**ARJEN TURVALLISUUS**

**TERVEELLISET ELINTAVAT**

Hyvinvointiopetuksen vuosikellossa (alakouluille) on neljä jaksoa. Jaksot päättyvät syyslomaan, joululomaan, talvilomaan ja kesälomaan. Ensimmäinen aihealue lukuvuoden aluksi on Osallisuus ja yhteisöllisyys. Toinen aihealue on Mielen hyvinvointi jne. Jaksojen kestot ovat suuntaa antavia. Luokista ja kouluista nouseville ilmiöille varataan aikaa tarvittaessa. Yläkouluilla ja lukiossa kiinnitetään huomio ryhmäyttämiseen kaikilla oppitunneilla.



## Hyvinvointiopetuksen tavoitteet Orimattilassa

Hyvinvointitaitojen opettaminen pohjautuu varhaisen puuttumisen ja ennakoimisen näkökulmiin. Tavoitteena on vahvistaa lasten ja nuorten hyvinvointia opettamalla heille taitoja, jotka kantavat elämässä eteenpäin, tukevat oppimista ja hyvinvointia yksilön ja yhteisön näkökulmasta.

Orimattilan peruskouluissa ja toisella asteella tehtävän hyvinvointityön taustalla on ajatus: ”Hyvinvoiva lapsi/nuori oppii”.

Yläkoulussa ja lukiossa on hyvinvointituntien tavoitteiksi asetettu

- Oppilaiden osallisuuden ja yhteisöllisyyden edistäminen
- Mielen hyvinvoinnin tukeminen
- Arjen turvallisuuteen liittyviin asioihin tutustuminen
- Terveellisten elämäntapojen tiedostaminen

Yleiset tavoitteet syvenevät yksilö- ja ryhmäkohtaisesti. Ne etenevät syventäen aiemmin opittuja taitoja. Tässä suunnitelmassa jaottelu on suuntaa antava. Tavoitteet ovat kolmitasoisia: yksilö-, ryhmä- ja koulu yhteisötasolla. Yhteisötason tavoitteet koskevat koko koulu yhteisöä, niin lapsia kuin aikuisiakin. Kolmitasoisessa jaottelussa on mukaeltu Hyvää kasvua hyvinvointiopetuksen opetussuunnitelmaa ([HYVÄÄ KASVUA opetussuunnitelma - Positiivinen oppiminen](#))

## TAVOITTEET

## OSALLISUUS JA YHTEISÖLLISYYS

### YKSILÖTAIDOT

#### 1.-4.lk

Oppilas rauhoittuu kuuntelemaan ryhmässä muita  
Oppilas odottaa vuoroaan  
Oppilas kunnioittaa omaa sekä toisten hyvinvointia ja turvallisuutta

#### 5.-6.lk

Oppilas toimii ohjeiden mukaan  
Oppilas kunnioittaa ja edistää omaa ja toisten hyvinvointia ja turvallisuutta (fyysinen ja psyykinen)  
Oppilas oppii ottamaan vastuuta omasta koulunkäynnistään

### Yläkoulu ja lukio

Oppilas edistää omaa hyvinvointia ja turvallisuutta (fyysinen ja psyykinen)  
Oppilas harjoittelee myönteistä ja hyväksyvää asennetta  
Oppilas säätelee omaa käytöstään ja tunteitaan vuorovaikutustilanteissa rakentavasti

### RYHMÄTAIDOT (miten toimimme ryhmässä toisten kanssa)

#### 1.-4.lk

Oppilas osaa kuunnella, kysyä, keskustella ja kertoa oman mielipiteensä  
Oppilas harjoittelee toisten auttamista, kannustamista ja kehumista  
Oppilas toimii ryhmässä reilusti sekä toisia kunnioittavasti ja arvostavasti

#### 5.-6.lk

Oppilas rakentaa ja ylläpitää kaverisuhteita  
Oppilas toimii ryhmässä rakentavasti toisten huomioiden  
Oppilas auttaa, kannustaa, kehuu ja kiittää muita

### Yläkoulu ja lukio

Oppilas ymmärtää olevansa osa vuorovaikutteista ryhmää  
Oppilas rakentaa ja edistää hyvää ilmapiiriä ja kaverisuhteita  
Oppilas toimii ristiriitatilanteissa rakentavasti

## KOULUYHTEISÖTAIDOT

Yhteisön jäsen kohtaa, kuuntelee ja kunnioittaa toisia yhteisön jäseniä (yhteiset säännöt, tervehtiminen jne.)

Yhteisön jäsen ymmärtää oman käytöksen vaikutuksen yhteisön ilmapiiriin

Yhteisön jäsen on vuorovaikutuksessa yhteisössä myönteisesti ja arvostavasti (auttaminen, kysyminen, kiinnostuminen, kuunteleminen, kiittäminen, kannustaminen, kehuminen)

## MIELLEN HYVINVOINTI

### YKSILÖTAIDOT

#### 1.-4.lk

Oppilas tunnistaa omia tunteita

Oppilas tunnistaa omia vahvuuksiaan

Oppilas rauhoittuu kuuntelemaan

#### 5.-6.lk

Oppilas osaa tunnistaa ja sanoittaa omia ja toisten tunteita

Oppilas ymmärtää ja ratkaisee erilaisia tunteita ja tilanteita

Oppilas tunnistaa toisten vahvuuksia

#### Yläkoulu ja lukio

Oppilas tiedostaa omia ja toisten tunteita sekä ymmärtää niiden vaikutuksen ajattelussa

Oppilas osaa toimia myötätuntoisesti itseään kohtaan

Oppilas ymmärtää, että itsetuntemusta hyödyntämällä pääsee paremmin tavoitteisiinsa (itsensä johtaminen)

### RYHMÄTAIDOT

#### 1.-4.lk

Oppilas tunnistaa toisten tunteita ja vahvuuksia

Oppilas ymmärtää vaikuttavansa ryhmän ilmapiiriin

Oppilas toimii ryhmässä toisia arvostaen ja huomioiden

#### 5.-6.lk

oppilas osaa rauhoittaa itsensä haastavissa vuorovaikutustilanteissa  
Oppilas ymmärtää oman käytöksensä vaikutuksen ryhmän ilmapiiriin  
Oppilas toimii ryhmässä myötätuntoisesti ja sovittelutaitoja hyödyntäen

Yläkoulu ja lukio

Oppilas tiedostaa toisten tunteita sekä ymmärtää niiden vaikutuksen käyttäytymisessä  
Oppilas osaa toimia myötätuntoisesti ja sovittelevasti toisia kohtaan, myös ristiriitatilanteissa  
Oppilas ymmärtää ja hyväksyy muiden ihmisten erilaisuuden ja ainutlaatuisuuden

## KOULUYHTEISÖTAIDOT

yhteisön jäsen ymmärtää oman käytöksensä vaikutuksen yhteisön ilmapiiriin  
yhteisön jäsen osaa toimia yhteisössä myönteisesti ja rakentavasti, myös ristiriitatilanteissa  
Yhteisön jäsen arvostaa omaa kouluyhteisöään ja sen jäseniä  
Yhteisön jäsen edistää myönteistä tunneilmapiiriä ja kunnioittavasti kohtaavaa kouluyhteisöä

## ARJEN TURVALLISUUS

### YKSILÖTAIDOT

1.-4.lk

Oppilas osaa pyytää ja antaa anteeksi  
Oppilas harjoittelee kaveritaitoja  
Oppilas osaa toimia turvallisesti erilaisissa tilanteissa, myös mediassa

5.-6.lk

Oppilas osaa toimia reilusti erilaisissa ryhmissä  
Oppilas osaa pyytää apua  
Oppilas osaa kannustaa, kiittää, kehua

Yläkoulu ja lukio

Oppilas osaa toimia reilusti, oikeudenmukaisesti ja toisia arvostaen erilaisissa ryhmissä  
Oppilas osaa ratkaista ristiriitatilanteita  
Oppilas osaa pyytää apua eri tahoilta tarvittaessa

Oppilas pyrkii tekemään valintoja niin, että niistä rakentuu turvallinen arki itselle

## **RYHMÄTAIDOT**

### **1.-4.lk**

Oppilas harjoittelee asianmukaista toimimista ristiriitatilanteissa  
Oppilas osaa antaa apua  
Oppilas harjoittelee turvallisuutta vahvistavien valintojen tekemistä

### **5.-6.lk**

Oppilas osaa ratkaista ristiriitatilanteita  
Oppilas auttaa pyytämättä tarvittaessa  
Oppilas osaa ratkaista erilaisia tilanteita ryhmässä joustavasti

### **Yläkoulu ja lukio**

Oppilas osaa ratkaista erilaisia tilanteita ja ristiriitatilanteita joustavasti  
Oppilas osaa toimia erilaisissa tilanteissa joustavasti toisia kunnioittaen  
Oppilas osaa kannustaa, kiittää ja kehua

## **KOULUYHTEISÖTAIDOT**

Yhteisön jäsen kohtelee toisia kouluyhteisön jäseniä reilusti ja kunnioittavasti  
Yhteisön jäsen huolehtii omalta osaltaan kouluympäristön terveellisyydestä ja turvallisuudesta  
Yhteisön jäsen tietää, mitä kuuluu hänen kouluyhteisönsä tukiverkoston  
Yhteisön jäsen tietää, kuinka toimia erilaisissa poikkeavissa tai haastavissa tilanteissa  
Yhteisön jäsen osaa huomioida oman toimintansa vaikutukset kouluyhteisön terveellisyyteen ja turvallisuuteen

## **TERVEELLISET ELINTAVAT**

### **1.-4.lk**

#### **YKSILÖTAIDOT**

Oppilaalla on taitoa huomata ja tehdä hyvää  
Oppilas tekee asioita, jotka tuottavat iloa  
Oppilas harjoittelee rauhoittumisen ja läsnäolon taitoja

### **5.-6.lk**

Oppilas huomaa hyviä asioita arkielämässä ja koulussa

Oppilas tekee asioita, jotka tuottavat hänelle hyvää oloa  
Oppilaalla on taitoa osoittaa arvostusta ja kiitollisuutta

#### Yläkoulu ja lukio

Oppilas huomaa hyviä asioita itsessään, omassa elämässään, koulussa sekä yhteiskunnassa  
Oppilas valitsee asioita, jotka tuottavat hyvää mieltä ja onnellisuutta itselle  
Oppilas tunnistaa kiitollisuuden aiheita

#### RYHMÄTAIDOT

##### 1.-4.lk

Oppilas auttaa toisia ryhmässä  
Oppilas harjoittelee toisen kuuntelemista, kiittämistä ja kannustamista  
Oppilas harjoittelee työrauhan antamista toisille

##### 5.-6.lk

Oppilas valitsee ja tekee asioita, jotka tuottavat iloa ja hyvää mieltä toisille  
Oppilas kuuntelee, kiittää ja kannustaa  
Oppilas ymmärtää työrauhan antamisen hyödyt itselle ja muille

#### Yläkoulu ja lukio

Oppilaalla on taitoa tarjota apua luokassa  
Oppilas osaa arvostaa toisia  
Oppilas osoittaa kiitollisuutta toisille

#### KOULUYHTEISÖTAIDOT

Yhteisön jäsen ottaa toiset huomioon omassa toiminnassaan (kannustus, kiittäminen, kuunteleminen, myötäiloitseminen)  
Yhteisö kannustaa jäseniään tekemään valintoja, jotka tukevat hyvinvointia ja oppimista (media, liikunta, ruokailu, uni, luonto, taide, rentoutuminen, läsnäolo, positiivisuus)  
Rakenteet ja toimintakulttuuri tukevat kouluyhteisön jäsenten hyvinvointia ja oppimista

## Hyvinvointiopetuksen ja hyvinvointituntien materiaalit

Alakouluilla on käytettävissään HyTe-kärkiin pohjautuvat materiaalikansiot hyvinvointituntien tueksi. Lisäksi alakouluille on tilattu yhteistä kirjallisuutta

- Luokanviritäjä
- Ryhmä toimivaksi
- Huomaa hyvä (voiko esim. olla 3. ja 5.lk)
- Puhe pulppuamaan
- Reilu, reipas, vastuuntuntoinen
- Itsetunto kohdalleen
- Keskittymiskykyä luokkaan
- Ryhmä liikkeelle
- Ryhmä oppimaan
- Yhteispeli koulussa
- Sinä selviät?
- Sinä uskallat?

Lisäksi kaikilla kouluilla on käytettävissään henkilökunnan yhteinen sivusto, jossa on materiaalia, linkkejä ja valmiita oppitunteja tiettyihin aihealueisiin.

# HYVINVOINTITUNTI

**OSALLISUUS  
JA  
YHTEISÖLLISYYS**

**MIELEN  
HYVINVOINTI**

**ARJEN  
TURVALLISUUS**

**TERVEELLISET  
ELINTAVAT**

## OSALLISUUS JA YHTEISÖLLISYYS

### YKSILÖTAIDOT

Oppilas säätelee omaa käytöstään ja tunteitaan vuorovaikutustilanteissa rakentavasti

Oppilas harjoittelee myönteistä ja hyväksyvää asennetta

Oppilas edistää omaa hyvinvointia ja turvallisuutta (fyysinen ja psyykinen)

Oppilas oppii ottamaan vastuuta omasta koulunkäynnistään

Oppilas kunnioittaa ja edistää omaa ja toisten hyvinvointia ja turvallisuutta (fyysinen ja psyykinen)

Oppilas toimii ohjeiden mukaan

Oppilas kunnioittaa omaa sekä toisten hyvinvointia ja turvallisuutta

Oppilas odottaa vuoroaan

Oppilas rauhoittuu kuuntelemaan ryhmässä muita

### RYHMÄTAIDOT

Oppilas toimii ristiriitatilanteissa rakentavasti

Oppilas rakentaa ja edistää hyvää ilmapiiriä ja kaverisuhteita

Oppilas ymmärtää olevansa osa vuorovaikutteista ryhmää

Oppilas rakentaa ja ylläpitää kaverisuhteita

Oppilas toimii ryhmässä rakentavasti toisten huomioiden

oppilas auttaa, kannustaa, kehuu ja kiittää muita

Oppilas toimii ryhmässä reilusti sekä toisia kunnioittavasti ja arvostavasti

Oppilas harjoittelee toisten auttamista, kannustamista ja kehumista

Oppilas osaa kuunnella, kysyä, keskustella ja kertoa oman mielipiteensä

### KOULUYHTEISÖTAIDOT

Yhteisön jäsen kohtaa, kuuntelee ja kunnioittaa toisia yhteisön jäseniä (yhteiset säännöt, tervehtiminen jne.)

Yhteisön jäsen ymmärtää oman käytöksensä vaikutuksen yhteisön ilmapiiriin

Yhteisön jäsen on vuorovaikutuksessa yhteisössä myönteisesti ja arvostavasti (auttaminen, kysyminen, kiinnostuminen, kuunteleminen, kiittäminen, kannustaminen, kehuminen)

## MIELEN HYVINVOINTI

### YKSILÖTAIDOT

Oppilas ymmärtää, että itsetuntemusta hyödyntämällä pääsee paremmin tavoitteisiinsa (itsensä johtaminen)

Oppilas osaa toimia myötätuntoisesti itseään kohtaan

Oppilas tiedostaa omia ja toisten tunteita sekä ymmärtää niiden vaikutuksen ajattelussa

Oppilas ymmärtää ja ratkaisee erilaisia tunteita ja tilanteita

Oppilas tunnistaa toisten vahvuuksia

Oppilas osaa tunnistaa ja sanoittaa omia ja toisten tunteita

Oppilas rauhoittuu kuuntelemaan

Oppilas tunnistaa omia vahvuuksiaan

oppilas tunnistaa omia tunteita

### RYHMÄTAIDOT

Oppilas ymmärtää ja hyväksyy muiden ihmisten erilaisuuden ja ainutlaatuisuuden

Oppilas osaa toimia myötätuntoisesti ja sovittelevasti toisia kohtaan, myös ristiriitatilanteissa

Oppilas tiedostaa toisten tunteita sekä ymmärtää niiden vaikutuksen käyttäytymisessä

Oppilas toimii ryhmässä myötätuntoisesti ja sovittelevasti hyödyntäen

Oppilas osaa rauhoittaa itsensä haastavissa vuorovaikutustilanteissa

Oppilas ymmärtää oman käytöksensä vaikutuksen ryhmän ilmapiiriin

Oppilas toimii ryhmässä toisia arvostaen ja huomioiden

Oppilas ymmärtää vaikuttavansa ryhmän ilmapiiriin

Oppilas tunnistaa toisten tunteita ja vahvuuksia

### KOULUYHTEISÖTAIDOT

Yhteisön jäsen edistää myönteistä tunneilmapiiriä ja kunnioittavasti kohtaavaa kouluyhteisöä

Yhteisön jäsen arvostaa omaa kouluyhteisöään ja sen jäseniä

yhteisön jäsen osaa toimia yhteisössä myönteisesti ja rakentavasti, myös ristiriitatilanteissa

yhteisön jäsen ymmärtää oman käytöksensä vaikutuksen yhteisön ilmapiiriin

## ARJEN TURVALLISUUS

### YKSILÖTAIDOT

Oppilas osaa toimia reilusti, oikeudenmukaisesti ja toisia arvostaen erilaisissa ryhmissä

Oppilas osaa ratkaista ristiriitatilanteita

Oppilas osaa pyytää apua eri tahoilta tarvittaessa

Oppilas pyrkii tekemään valintoja niin, että niistä rakentuu turvallinen arki itselle

Oppilas osaa toimia reilusti erilaisissa ryhmissä

Oppilas osaa pyytää apua

Oppilas osaa kannustaa, kiittää, kehua

Oppilas osaa toimia turvallisesti erilaisissa tilanteissa, myös mediassa

Oppilas harjoittelee kaveritaitoja

Oppilas osaa pyytää ja antaa anteeksi

### RYHMÄTAIDOT

Oppilas osaa ratkaista erilaisia tilanteita ja ristiriitatilanteita joustavasti

Oppilas osaa toimia erilaisissa tilanteissa joustavasti toisia kunnioittaen

Oppilas osaa kannustaa, kiittää ja kehua

Oppilas osaa ratkaista ristiriitatilanteita

Oppilas auttaa pyytämättä tarvittaessa

Oppilas osaa ratkaista erilaisia tilanteita ryhmässä joustavasti

Oppilas harjoittelee asianmukaista toimimista ristiriitatilanteissa

Oppilas osaa antaa apua

Oppilas harjoittelee turvallisuutta vahvistavien valintojen tekemistä

### KOULUYHTEISÖTAIDOT

Yhteisön jäsen kohtelee toisia kouluyhteisön jäseniä reilusti ja kunnioittavasti

Yhteisön jäsen huolehtii omalta osaltaan kouluympäristön terveellisyydestä ja turvallisuudesta

Yhteisön jäsen tietää, mitä kuuluu hänen kouluyhteisönsä tukiverkoston

Yhteisön jäsen tietää, kuinka toimia erilaisissa poikkeavissa tai haastavissa tilanteissa

Yhteisön jäsen osaa huomioida oman toimintansa vaikutukset kouluyhteisön terveellisyyteen ja turvallisuuteen

# TERVEELLISET ELINTAVAT

## YKSILÖTAIDOT

Oppilas huomaa hyviä asioita itsessään, omassa elämässään, koulussa sekä yhteiskunnassa

Oppilas valitsee asioita, jotka tuottavat hyvää mieltä ja onnellisuutta itselle

Oppilas tunnistaa kiittollisuuden aiheita

Oppilas huomaa hyviä asioita arkielämässä ja koulussa

Oppilaalla on taitoa osoittaa arvostusta ja kiittollisuutta

Oppilas tekee asioita, jotka tuottavat hänelle hyvää oloa

Oppilaalla on taitoa huomata ja tehdä hyvää

Oppilas tekee asioita, jotka tuottavat iloa

Oppilas harjoittelee rauhoittumisen ja läsnäolon taitoja

## RYHMÄTAIDOT

Oppilaalla on taitoa tarjota apua luokassa

Oppilas osaa arvostaa toisia

Oppilas osoittaa kiittollisuutta toisille

Oppilas valitsee ja tekee asioita, jotka tuottavat iloa ja hyvää mieltä toisille

Oppilas kuuntelee, kiittää ja kannustaa

Oppilas ymmärtää työrauhan antamisen hyödyt itselle ja muille

Oppilas auttaa toisia ryhmässä

Oppilas harjoittelee toisen kuuntelemista, kiittämistä ja kannustamista

Oppilas harjoittelee työrauhan antamista toisille

## KOULUYHTEISÖTAIDOT

Yhteisön jäsen ottaa toiset huomioon omassa toiminnassaan (kannustus, kiittäminen, kuunteleminen, myötäiloitseminen)

Yhteisö kannustaa jäseniään tekemään valintoja, jotka tukevat hyvinvointia ja oppimista (media, liikunta, ruokailu, uni, luonto, taide, rentoutuminen, läsnäolo, positiivisuus)

Rakenteet ja toimintakulttuuri tukevat kouluyhteisön jäsenten hyvinvointia ja oppimista