

Luokat 5–6

TAVOITTEET	SISÄLLÖT	ESIMERKKEJÄ TOIMINTATAVOISTA JA OPETUKSEN INTEGROINNISTA
<p>Oma keho ja terveys Oppilas</p> <ul style="list-style-type: none"> • oppii tietämään perusasiat ihmisen rakenteesta ja elintoiminnoista • oppii terveyden edistämiseen, terveyteen ja sairauteen liittyviä käsitteitä ja toimintatapoja sekä tekemään terveyttä edistäviä valintoja. 	<ul style="list-style-type: none"> • päivittäinen liikunta, oikeat työasennot ja ryhti, liikuntavammat ja liikuntapalvelut • lääkkeiden käytön perussääntöjä • kehon lämpötila, pukeutuminen • ihmisen rakenne, elintoiminnot, kasvu ja kehitys, lisääntyminen. 	<ul style="list-style-type: none"> • Ihmisen biologiaan ja fysiologiaan liittyvät toimintatavat ja tarkemmat kuvaukset löytyvät biologian opetussuunnitelmasta. • Liikuntatuntien yhteydessä voidaan tutustua myös kehon hallintaan ja ryhtiin sekä yleisimpien liikuntavammojen ensiapuun.
<p>Kasvu ja kehitys Oppilas</p> <ul style="list-style-type: none"> • osaa selittää seksuaalisen kehityksen yksilöllisiä muutoksia eri sukupuolilla sekä arvostaa kasvua ja kehitystä jokaisen henkilökohtaisena prosessina. • oppii ottamaan vastuuta omista teoistaan sekä ottamaan huomioon toiset ihmiset. Tuntee omat oikeutensa ja vastuunsa. • osaa kuvata tunteiden ilmaisemisen tapoja ja antaa esimerkkejä siitä, miten niiden ilmaisua voidaan säädellä. • tuntee keskeisiä asioita päihde- ja huumausaineista, ymmärtää miksi ne ovat haitallisia ja osaa perustella, miksi niiden käyttöä pitää välttää. 	<ul style="list-style-type: none"> • murrosiän fyysiset, psyykkiset ja sosiaaliset muutokset • seksuaalisen kehityksen yksilöllinen vaihtelu • oman kehon arvostaminen ja suojeleminen • ihmissuhteisiin ja tunteiden säätelyyn liittyvät tekijät, esim. läheisyydentarve • ikäkauteen liittyvät oikeudet ja vastuu • tervettä kasvua ja kehitystä tukevat ja haittaavat tekijät • päihteet, niiden riskit, käytön seuraukset, riskien torjuminen ja oikeiden valintojen tekeminen. 	<ul style="list-style-type: none"> • Biologian tunnilla käytävän murrosikämaterialin lisäksi tulee keskittyä myös murrosiän psyykkiseen ja sosiaaliseen puoleen. Yhtenä toimintatapana voi käyttää portfolio työskentelyä. Portfolioon kerätään omia töitä ja tuotoksia koko jakson ajalta. Piirustusten, kirjoitelmien ja vaikkapa valokuvakollaasien avulla oppilas voi prosessoida omia tunteitaan ja mielipiteitään yksilöllisesti. • Myös uskontotunnit sopivat näiden asioiden käsittelyyn. Etiikka ja moraali liittyvät vahvasti kasvuun ja kehitykseen, ja niistä saa aikaiseksi hyviä keskusteluaiheita. • Aihekokonaisuus Ihmisenä kasvaminen linkittyy myös näihin teemoihin. Aihekokonaisuudesta löytyy lisää toimintamalleja esim. tunteiden ja kasvamisen käsittelyyn.
<p>Viihtyisä ja turvallinen ympäristö (turvallisuustaidot) Opiskelun tulee innostaa ja auttaa oppilasta pohtimaan hyvän ja turvallisen ympäristön merkitystä sekä opettaa oppilasta huolehtimaan ympäristöstään ja toimimaan siinä vastuullisesti.</p> <p>Oppilas</p> <ul style="list-style-type: none"> • osaa ensiaputaitoja • tietää miten tarvittaessa voi hakea apua itselleen ja ketkä auttavat koulussa ja lähiyhteisössä. 	<ul style="list-style-type: none"> • Ympäristönsuojelu, kestävä kehitys • liike- ja tasapainoilmiöiden havainnoiminen ja kuvaaminen sekä liikettä kuvaavien käsitteiden soveltaminen turvallisessa liikkumisessa ja tapaturmien ehkäisemisessä. • elinympäristöön kuuluvien aineiden ja tuotteiden alkuperä, käyttö ja kierrätys. • sähköturvallisuus • meluhaitat • ensiavun antaminen • kriisit ja niistä selviytyminen 	<ul style="list-style-type: none"> • Ympäristönsuojeluun, aineisiin ja sähköön liittyvistä aiheista löytyvät tarkemmat kuvaukset ja toimintamallit biologian, fysiikan ja kemian opetussuunnitelmista. • Ensiaputaitoja voidaan harjoitella esim. kerran vuodessa koko koulussa järjestettävänä EA-päivänä, jonka suunnitteluun osallistuvat opettajien lisäksi mahdollisuuksien mukaan myös terveydenhoitaja ja koululääkäri. • Ks. myös Ihminen ja teknologia -aihekokonaisuus.