

Kangasalan yhteisöllisen Oppilas- ja opiskeluhuollon vuosikellon liitteet

Yksikön yhteisöllisen oppilas- ja opiskeluhuollon (Yohr) vuosikello

Kangasala

Hyvinvointi- ja turvallisuussuunnitelman tavoitteet valtuustokaudella 2017-2020 ovat:

- 1) Lasten ja nuorten hyvinvoinnin edistäminen
- 2) Terveystietojen kaventaminen
- 3) Osallisuuden vahvistaminen
- 4) Turvallisuuden ja viihtyvyyden lisääminen

Marraskuu

- Yhteistyö tiedonsiirrossa esikoulun ja alakoulujen välillä.

Lokakuu

- Oppilaiden poissaolojen seuranta.
- Tiedonkeruut jatkuvat: TEA-viisari tiedon keruu lukiossa parillisina, peruskouluissa parittomina vuosina.

Syyskuu

- Arvioidaan yksikön terveellisyys ja turvallisuuden sekä hyvinvoinnin nykytilanne.
- Tarkistetaan viimeisimmän tarkastuksen jatkotoimien toteutus ja aikataulu.
- Suunnitella yhteistyötä yksikön ulkopuolisten lasten ja nuorten hyvinvointia edistävien tahojen kanssa yhteisöllisen oppilashuollon kehittämiseksi, toimet, tilaisuudet, jne.
- Hyvinvointitiedonkeruut alkavat esim. laajat terveystarkastukset.
- Move-mittaukset toteutetaan kuun loppuun mennessä.

Joulukuu

- Joka toinen vuosi kouluterveyskyselyn tulosten käsittely.
- Move-tulosten käsittely.

Tammikuu

- Oppilaiden poissaolojen seuranta.
- Väliarviointi syyskauden toiminnasta yhdessä yhteistyötahojen kanssa.
- Nivelvaiheyhteistyö eri tahojen kanssa alkaa.
- Kevään aikataulujen tarkistus (huomioiden yhteistyötahot).

Helmikuu

- Nivelvaiheyhteistyö jatkuu.
- Kouluterveyskyselyn valmistelut ja tiedottaminen joka toinen vuosi.

Maaliskuu

- Oppilaiden poissaolojen seuranta.
- Nivelvaiheyhteistyö jatkuu.
- Yläkoulujen erityisopettajat tutustuvat 6-luokkien oppilaisiin.

Elokuu

- Päivitetään yksikön oppilashuoltosuunnitelma, yksikkökohtaisen opiskeluhoitoryhmän kokoonpano, toimintatavat ja käytännöt, toimintakauden keskeiset tavoitteet ja toimenpiteet.
- Päivitetään turvallisuuteen ja hyvinvointiin liittyvät suunnitelmat.
- Aikataulutetaan yhteisöllisen opiskeluhoitoryhmän kokoukset.
- Sovitaan tiedottamisesta ja tiedonkeruusta.
- Sovitaan uusien työntekijöiden perehdytyksestä opiskeluhoollon toimintaan.
- Arvioidaan henkilöstön koulutustarpeet.
- Yohr:n jäsenet osallistuvat mahdollisuuksien mukaan vanhempainiltoihin ja henkilökuntakokouksiin.
- Varmistetaan oppilaskunta- ja vanhempain toiminnan käynnistyminen.
- Osallisuuden (oppilaat, opiskelijat ja huoltajat) huomiointi oppilashuollon toiminnassa.
- Yhteisölliseen oppilashuoltoon liittyvät tiimit aloittavat toimintansa (esim. koulusovittelu).

Kesäkuu

- Yksikön yhteisöllisen opiskeluhoollon arviointi tiedon koonti tulevaa lukuvuosisuunnitelmaa varten.

Heinäkuu Lomaa

Toukokuu

- Yksikkökohtaisen oppilas ja opiskeluhoollon kehittäminen ja arviointi sekä vuosikellon päivittäminen.
- Nivelvaiheyhteistyö tiivistyy.
- Koulusovittelun seuranta.
- Seuraavan lukuvuoden suunnittelu.
- Oppilaiden poissaolojen seuranta.

Huhtikuu

- TEA-viisari tiedon keruun tulosten käsittely joka toinen vuosi lukiossa ja joka toinen vuosi peruskouluissa.
- Oppilashuollon ohjausryhmän linjauksien ja painopisteiden käsittely, seuraavan lkv:n valmistelua.

Sisällysluettelo

1. Yhteisöllisen vuosikellon liite eskarit s. 3
2. Yhteisöllisen vuosikellon liite vuosiluokat 1. ja 2. s. 9
3. Yhteisöllisen vuosikellon liite vuosiluokat 3. ja 4. s. 16
4. Yhteisöllisen vuosikellon liite vuosiluokat 5. ja 6. s. 22

Yhteisöllisen vuosikellon liite eskarit



Elokuu

Yhteisöllisyys ja osallisuus

- Onni-poika menee eskariin. Sanna Pelliccioni, Minerva 2016.
- Sadan asteen eskarikuume. Hannu Hirvonen, Karisto 2012.
- Karoliina ekaluokkalainen. Tuula Kallioniemi, Otava 2016.
- Ensiluokkaiset eläintenhoitajat. Tuula Kallioniemi, Otava 2016.
- Pipsa Pipariviulun 42 kaveria. Reetta Niemelä, Otava 2016.
- Kaikkien juhla. Miikka Pörsti & Marika Maijala, Tammi 2016
- Weninger, Birgitte. 2007. Yhteistyö on voimaa + Yhteistyö on voimaa virikemateriaali (ilmaisena netissä)
- Saarinen, Sanna Leena. Aarresankarit ja avarusseikkailu. Harjoitellaan yhdessä toimimista.
- Suomen Mielenterveys ry:n Hyvää mieltä yhdessä, Käsikirja alakoululaisen mielenterveyden edistämiseen: Turvallinen yhteisö, Lapsen turvaverkko

perinneleikit.fi/leikit/

[Yhteistyö on voimaa!](#)

Yhteisöllistä taidetta: draamaa, yhteinen askartelu, yhteismusisointia yms.

Elämyspedagogiset harjoitteet

[loader.aspx\(rovaniemi.fi\)](http://loader.aspx(rovaniemi.fi))

Ryhmäytyminen ja kaveritaidot

Syyskuu

Itsetuntemus ja vahvuustaidot; läsnäolo ja rentoutuminen

- Huomaa hyvä! Vahvuus varis –materiaali
- Lasten supersankari –kortit (Hidasta elämää –puoti, hidastaelamaa.fi)
- Rauhoittumiskortit (Hidasta elämää –puoti, hidastaelamaa.fi)
- Tassun toimintakortit – Kokeile kanssani mindfulnessia
- Sjöblom, Kirsi. Pikkumulperi ja pienet suuret tarinat. Mindfulness –satuja ja harjoituksia
- Markkanen, Sari. Tipsun tempukirja. Mindfulnessia ja myötätuntoa kasvattajille.
- Kauppila, Elina. Kamalan ihana päivä. Lasten mindfulness.
- Lapsen ja nuoren mieli. Mindfulness-harjoituksia mielen kehittämiseen, rauhoittamiseen ja tasapainoon. Christopher Willard. 2013
- Satuhieronta: Läsnäolevan kosketuksen ja sadun taikaa. Tuovinen Sanna.
- Voimaannuttavat Satuhierontakortit, Tarina ja Kosketus Oy
- Lohikäärmeiden kesyttäminen. Luovia rentoutusharjoituksia lapsille. Martha Belknap.
- Pauliina Avola ja Viivi Pentikäinen: Kukoistava kasvatus, Positiivisen pedagogiikan ja laaja-alaisen hyvinvointiopetuksen käsikirja: Vahvuustaidot ja luontevahvuudet. Läsnäolotaidot ja keskittymistaidot

<https://mieli.fi/fi/julisteet-ja-kortit/vahvuuskortit>

<https://viitotturakkaus.fi/onewebmedia/pikkuisten-mindfulnesskortit.pdf>

[loader.aspx\(rovaniemi.fi\)](http://loader.aspx(rovaniemi.fi))

Itsetuntemus ja tunteet.

Lokakuu

Tunnetaidot ja onnellisuustaidot; kiitollisuus ja hyvän huomaaminen

- Suomen Mielenterveys ry:n Hyvää mieltä yhdessä, Käsikirja alakoululaisen mielenterveyden edistämiseen: Itsetunto, Temperamenttion osa persoonallisuutta, Empatia ja kohtaaminen, Rauhoittuminen ja läsnäolo

- Askeleittain –materiaali
- Huomaa hyvä! Vahvuus Varis –materiaali
- Fanni –kirjat & Fanni –tunnekortit
- Piki –kirjat (Pienten lasten kiusaamisen ehkäisyhankkeessa tuotettuja kirjoja)
- Molli –kirjat)
- Mun ja sun juttu, lasten sosiaalisten taitojen vahvistaminen kiusaamisen ehkäisyssä. Tiina Haapsalo, Katri Kirkkopelto, Laura Repo, Lastekeskus 2016)
- Pomenia –kirjat & Tunneseikkailu- sekä Satujoogakortit
- Tunteet. R.Jones ja L. Walden, suom. Tuula Korolainen, Lastenkeskus 2016.
- Millainen minä? Jenni Erkintalo, Etana Editions 2016.
- Häjyherneitä ja lempeyslientä – Opas lasten ristiriitatilanteiden ehkäisyyn. 2015
- Reilu, reipas ja vastuuntuntoinen – 52 keinoa vahvistaa hyvää käytöstä. 2010
- Tompuri, Merja. 2016. Tenavat tasapainoon. Näin autat lasta säätelemään vireyttä ja kuormitusta.
- Kauppila, Elina. Minä tunnen tunteeni. Työkirja lapsille.
- Pauliina Avola ja Viivi Pentikäinen: Kukoistava kasvatus, Positiivisen pedagogiikan ja laaja-alaisen hyvinvointiopetuksen käsikirja: Onnellisuustaidot ja tunnetaidot, Kiitollisuus ja hyvän huomaaminen
- Suomen Mielenterveys ry:n Hyvää mieltä yhdessä, Käsikirja alakoululaisen mielenterveyden edistämiseen: Tunnekasvatus, Tunnehallinta ja käyttäytyminen

Mahti –tunnekortit:

https://www.tukiliitto.fi/uploads/2018/08/mahti_tunnekortit.pdf

<https://www.tukiliitto.fi/tukiliitto-ja-yhdistykset/kehittamistoiminta/tunnekortit/>

Viitottu rakkaus: <https://viitotturakkaus.fi/tuote-osasto/tunteiden-tunnistaminen-lapset/tunnetaidot/>

[loader.aspx \(rovaniemi.fi\)](#)

Itsetuntemus ja tunteet

Marraskuu

Empatia, myötätunto ja itsemyötätunto

- Siilin laulu. Sanna Karlström & Marika Majjala, S&S 2016.
- Näkymätön. Elina Hirvonen & Ville Tietäväinen, Lasten Keskus 2016.
- Suomen Mielenterveys ry:n Hyvää mieltä yhdessä, Käsikirja alakoululaisen mielenterveyden edistämiseen: Empatia ja kohtaaminen, Turvataitokasvatus, Selviytyminen huolista ja suruista

Lasten omat voimakortit
(Hidasta elämää –puoti, hidastaelamaa.fi)

Empatian supersankari. Viitottu rakkaus.

<https://viitotturakkaus.fi/tuote/empatian-supersankari/>

[loader.aspx \(rovaniemi.fi\)](#)

Itsetuntemus ja tunteet

Joulukuu

Kaveritaidot ja vuorovaikutustaidot; ristiriitojen ratkaisu, luottamus, kunnioitus ja tasa-arvo

- Edellä mainitut tunteetaito –kortit
- Rohkeasti vaan, Empo. Pirkko Harainen & Ulla Virkamäki, Mäkelä 2016
- Erilaiset ystävät. Schoumburg Andrea, Mäkelä 2016.
- Vuorovaikutusleikki
- Pauliina Avola ja Viivi Pentikäinen: Kukoistava kasvatusta, Positiivisen pedagogiikan ja laaja-alaisen hyvinvointiopetuksen käsikirja: Ihmissuhdetaidot ja vuorovaikutus, Ystävyyden- ja ryhmätyötaitot, Ihmistuntemustaidot, Sovittelutaidot
- Suomen Mielenterveys ry:n Hyvää mieltä yhdessä, Käsikirja alakoululaisen mielenterveyden edistämiseen: Ainautlauteisuus, Arvot mielenterveyden tukena, Syrjimättä yhdessä

[loader.aspx \(rovaniemi.fi\)](loader.aspx (rovaniemi.fi))
Ryhtymätyminen ja kaveritaidot

Tammikuu

Sosiaalinen media ja hyvinvointi

- Pukkien pikku pila. Jeanne Willis & Tony Ross, Mäkelä 2016.
- Suomen Mielenterveys ry:n Hyvää mieltä yhdessä, Käsikirja alakoululaisen mielenterveyden edistämiseen: Hyvä arki ja mielenterveys

Helmikuu

Tulevaisuus; unelmointi ja ratkaisukeskeisyys

- Toiveretki. Katri Tapola & Sanna Pelliccioni, Myllylahti 2016.
- Pieni prinsessasatu. Katri Tapola & Sanna Pelliccioni, Tammi 2011.
- Pieni prinsessasatu. Katri Tapola & Sanna Pelliccioni, Tammi 2012.
- Pauliina Avola ja Viivi Pentikäinen: Kukoistava kasvatusta, Positiivisen pedagogiikan ja laaja-alaisen hyvinvointiopetuksen käsikirja: Itsensä johtamisen taidot, Itsetuntemustaidot, Ajattelutaidot, Omien unelmien ja tavoitteiden johtaminen

[loader.aspx \(rovaniemi.fi\)](loader.aspx (rovaniemi.fi))
Katse tulevaisuuteen

Maaliskuu

Terveys

- Olen ystäväsi aina – tarina rohkeudesta ja rakkaudesta. Jessica Walton & Dougal MacPherson, Otava 2016.
- Pauliina Avola ja Viivi Pentikäinen: Kukoistava kasvatusta, Positiivisen pedagogiikan ja laaja-alaisen hyvinvointiopetuksen käsikirja: Elinvoimaisuus, terveys ja kehon hyvinvointi
- Suomen Mielenterveys ry:n Hyvää mieltä yhdessä, Käsikirja alakoululaisen mielenterveyden edistämiseen: Seksuaalisuus alakoululaisen voimavarana

Huhtikuu

Arjen selviytymistaidot

- Lapsen mieli, mielenterveystaitoja varhaiskasvatukseen ja neuvolaan. Marjamäki, Kosonen, Törrönen & Hannukkala, Mielenterveys ry 2019.

Taidekasvatusta (hyvinvoinnin näkökulmasta)
[loader.aspx \(rovaniemi.fi\)](loader.aspx (rovaniemi.fi))
Hyvinvointi arjessa

- Sadut ja tarinat ja niiden taiteelliset versiot, esim. Ruma Ankanpoikanen –musiikkisatu, Peppi Pitkätossu –baletti ym.
- Suomen Mielenterveys ry:n Hyvää mieltä yhdessä, Käsikirja alakoululaisen mielenterveyden edistämiseen: Taiteesta tunteisiin, Mielen hyvinvointia musiikista, Liikunnan iloa, Elokuvat ja mielenterveyden opettaminen, Taidekuva ja mielen hyvinvointi, Sadut ja mielenterveys
- Pauliina Avola ja Viivi Pentikäinen: Kukoistava kasvatus, Positiivisen pedagogiikan ja laaja-alaisen hyvinvointiopetuksen käsikirja: Arviointi ja osaamisen tietoinen vahvistaminen
- Suomen Mielenterveys ry:n Hyvää mieltä yhdessä, Käsikirja alakoululaisen mielenterveyden edistämiseen: Mielenterveystaitojen arviointi

Eskarilaisen itsearviointia vuoden teemoista esimerkiksi hymiöiden avulla ([loader.aspx](#) ([rovaniemi.fi](#)), 2lk:n arviointiohje

1. Yhteisöllisen vuosikellon liite vuosiluokat 1. ja 2.



Elokuu

Yhteisöllisyys ja osallisuus

- harjoitellaan ryhmässä toimimista alkeita itsetuntemuksesta
- Tutustumisleikkejä
- Ympäristöopin ja SUK:n materiaalit
- Kiva-koulu materiaali
- Itsetunto kohdalleen s. 53- 55, 57- 60

Syyskuu

- ryhmään kuuluminen, ryhmään liittyminen, ilmapiiri
- itsetuntemus; Kuka minä olen? Mistä pidän? Mitä osaan?

Itsetuntemus ja vahvuustaidot; läsnäolo ja rentoutuminen

- omat vahvuudet tutuksi
- tunnistaa kouluajan ja vapaa-ajan ero
- millainen koululainen olen
- päivän rytmi; lukujärjestys
- turvallinen koulumatka
- tietoisuus omista kyvyistä ja vahvuuksista
- tiedostaa itsensä ainutkertaisena yksilönä

- Hyvää mieltä yhdessä käsikirja s. 49-56
- Huomaa hyvä!
- Lohikäärmeiden kesyttäminen; Luovia rentoutusharjoituksia lapsille

<https://www.oph.fi/fi/koulutus-ja-tutkinnot/tietoisuustaitoharjoitteita-lapsille-nuorille-ja-aiikuisille#425ea3b6>

<https://viitotturakkaus.fi/onewebmedia/pikkuisten-mindfulnesskortit.pdf>

<https://www.coronaria.fi/lempipaikkani/harjoitteet-lapsille/olen-ihana/>

<https://www.mll.fi/tehtavat/mielikuvia-minusta-minakasitys-ja-itsetunto/>

<https://neuvokasperhe.fi/rentoutus-lapselle/>

<https://neuvokasperhe.fi/mindfulness-harjoitus-lapselle-ja-aikuiselle/>
<https://mieli.fi/fi/julisteet-ja-kortit/vahvuuskortit>

Pauliina Avola, Viivi Pentikäinen (2019) Kukoistava kasvatus

Mieli Ry www.mieli.fi

Hyvinvoinnin vuosikello <https://www.rovaniemi.fi/loader.aspx?id=22f675c8-f199-48ee-94a4-80cc0d619be4>

Tunne- ja turvataitoja lapsille: https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/126027/Tunne-%20ja%20turvataitoja%20lapsille_WEB.pdf?sequence=1&isAllowed=y

<https://www.varinautit.fi/tunnetaidot/>

<https://viitotturakkaus.fi/tuote-osasto/tunteiden-tunnistaminen-lapset/tunnetaidot/>

Lokakuu

Tunnetaidot, onnellisuustaidot, kiitollisuus, hyvän huomaaminen

- Hyvää mieltä yhdessä käsikirja s. 33- 40
- Huomaa hyvä!
- Itsetunto kohdalleen s. 205- 210

- osaa nimetä oman turvaverkon jäseniä
- tietää, millainen on hyvä kaveri
- huomaan ympärillään olevan hyvä
- tunnistaa itsessään nousevia tunteita
- turvaverkko; ketkä kuuluvat turvaverkkoon
- kaveri- ja tunnetaidot; Miten saan kavereita? Miten pääsen ryhmään?
- välittämisen taito

Marraskuu

Empatia, myötätunto, itsemyötätunto

- oppia tunnistamaan, ilmaisemaan ja nimeämään tunteita itsessä ja toisessa
- perustunteet; niiden tunnistaminen, nimeäminen ja ilmaiseminen
- perustunteet omassa kehossa; Miltä minusta tuntuu?

- Hyvää mieltä yhdessä käsikirja s. 63- 74
- Itsetunto kohdalleen s. 83- 84, 90
- Huomaa Hyvä! s. 91-97

<https://viitotturakkaus.fi/tuote-osasto/onnellisuustaidot/kiitollisuus-ja-lasnaolotaidot/>

Pauliina Avola, Viivi Pentikäinen (2019) Kukoistava kasvatus

Mieli Ry www.mieli.fi

Hyvinvoinnin vuosikello <https://www.rovaniemi.fi/loader.aspx?id=22f675c8-f199-48ee-94a4-80cc0d619be4>

Tunne- ja turvataitoja lapsille: https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/126027/Tunne-%20ja%20turvataitoja%20lapsille_WEB.pdf?sequence=1&isAllowed=y

<https://viitotturakkaus.fi/onewebmedia/empatian-supersankari-harjoituspaketti.pdf>
<https://positiivinenkasvatus.fi/luonteenvahvuudet/vahvuus-3-myotatatunto/>

<https://viitotturakkaus.fi/tuote-osasto/tunteiden-tunnistaminen-lapset/tunnetaidot/>

Pauliina Avola, Viivi Pentikäinen (2019) Kukoistava kasvatus

Mieli Ry www.mieli.fi

Hyvinvoinnin vuosikello <https://www.rovaniemi.fi/loader.aspx?id=22f675c8-f199-48ee-94a4-80cc0d619be4>

Tunne- ja turvataitoja lapsille: https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/126027/Tunne-%20ja%20turvataitoja%20lapsille_WEB.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Joulukuu

Kaveritaidot, vuorovaikutustaidot, ristiriitojen ratkaisu, luottamus, kunnioitus, tasa- arvo

- oppia tunnistamaan keskusteluun/ryhmään liittymisen hetket ja toimintamallit
- vuorovaikutustilanteiden eri tasot
- joustavuus keskustelussa

- Itsetunto kohdalleen! s. 98, 105, 150, 160
- Kiva-koulu materiaali

<https://mieli.fi/fi/julisteet-ja-kortit/tunne-ja-kaveritaitokortit>
<https://www.hel.fi/sote/perheentuki-fi/koululaiset/kaverisuhteet/>
<https://www.mll.fi/ammattilaisille/kouluille-ja-oppilaitoksille/kaveriviikko/>

Pauliina Avola, Viivi Pentikäinen (2019) Kukoistava kasvatus

Mieli Ry www.mieli.fi

Hyvinvoinnin vuosikello <https://www.rovaniemi.fi/loader.aspx?id=22f675c8-f199-48ee-94a4-80cc0d619be4>

Tunne- ja turvataitoja lapsille: https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/126027/Tunne-%20ja%20turvataitoja%20lapsille_WEB.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Tammikuu

Some ja hyvinvointi

- tunnistaa sopiva, turvallinen ja iänmukainen somen käyttöön
- oppia ymmärtämään oma vastuu some käyttäytymisessä
- kriittinen sosiaalisen median lukutaito
- tunnistaa hyvän arjen merkitys omalle hyvinvoinnille
- ymmärrys eri some kanavien ikärajoista
- ymmärrys oman hyvinvoinnin vaikutuksista omaan arkeen
- mobiililaitteiden järkevä käyttö

- Yhteiskuntaopin sisällöt

Yhteiskuntaopin sisällöt

<https://mediataitokoulu.fi>

Pauliina Avola, Viivi Pentikäinen (2019) Kukoistava kasvatus

Mieli Ry www.mieli.fi

Hyvinvoinnin vuosikello <https://www.rovaniemi.fi/loader.aspx?id=22f675c8-f199-48ee-94a4-80cc0d619be4>

Tunne- ja turvataitoja lapsille: https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/126027/Tunne-%20ja%20turvataitoja%20lapsille_WEB.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Helmikuu

- Pauliina Avola, Viivi Pentikäinen (2019) Kukoistava kasvatus

Tulevaisuus, unelmointi, ratkaisukeskeisyys

- oivaltaa oma vahvuus ratkaisujen löytämisessä
- osaa unelmoida tulevaisuudesta
- ymmärtää omat voimavarat ratkaista asioita

https://ensijaturvakotienliitto.fi/tietoa-liitosta/materiaalit/materiaalia_lasten_kanssa_tyoskentelyyn/

Mieli Ry www.mieli.fi

Hyvinvoinnin vuosikello <https://www.rovaniemi.fi/loader.aspx?id=22f675c8-f199-48ee-94a4-80cc0d619be4>

Tunne- ja turvataitoja lapsille: https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/126027/Tunne-%20ja%20turvataitoja%20lapsille_WEB.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Maaliskuu

Terveys

- ymmärtää terveellisten elämäntapojen merkityksen omaan hyvinvointiin ikätaso huomioiden

- Ympäristöopin sisällöt

<https://www.tervekoululainen.fi/alakoulu/>

Huhtikuu

Arjen selviytymistaidot

- arvioida omaa hyvinvointiaan
- kerrata turvallisen ja terveellisen arjen tekijöitä
- Hyvinvoinnin itsearviointi

- Pauliina Avola, Viivi Pentikäinen (2019) Kukoistava kasvatus

Mieli Ry www.mieli.fi

Hyvinvoinnin vuosikello <https://www.rovaniemi.fi/loader.aspx?id=22f675c8-f199-48ee-94a4-80cc0d619be4>

Tunne- ja turvataitoja lapsille: https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/126027/Tunne-%20ja%20turvataitoja%20lapsille_WEB.pdf?sequence=1&isAllowed=y

<https://www.rovaniemi.fi/loader.aspx?id=22f675c8-f199-48ee-94a4-80cc0d619be4>

Toukokuu

Arviointi

- Arvioidaan omaa kehittymistä laaja-alaisissa hyvinvointitaidoissa
- Mitä olen oppinut tänä vuonna?

2. Yhteisöllisen vuosikellon liite vuosiluokat 3. ja 4.



Elokuu

Yhteisöllisyys ja osallisuus

- oppii arvostamaan ja kunnioittamaan yhteisön jäseniä
- tekee suunnitelmia sekä oman että toisten hyvinvoinnin edistämiseksi
- ryhmään kuulumisen, ryhmään liittyminen, ilmapiiri
- oma osallistuminen tasa- veroisena jäsenenä

- Ympäristöopin ja SUK:n materiaalit
- Kiva koulu-materiaali
- Tutustumisleikkejä
- Itsetunto kohdalleen
- Pauliina Avola, Viivi Pentikäinen (2019) Kukoistava kasvatus

Mieli Ry www.mieli.fi

Hyvinvoinnin vuosikello <https://www.rovaniemi.fi/loader.aspx?id=22f675c8-f199-48ee-94a4-80cc0d619be4>

Tunne- ja turvataitoja lapsille: https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/126027/Tunne-%20ja%20turvataitoja%20lapsille_WEB.pdf?sequence=1&isAllowed=y

<https://ryhmarenki.fi/>

Syyskuu

Itsetuntemus ja vahvuustaidot; läsnäolo ja rentoutuminen

- lisätä itsetuntemusta
- löytää ja nimeää omia vahvuuksiaan
- itsetuntemus, vahvuudet/ heikkoudet, temperamentti
- itseluottamus, osaaminen, arvostus, vastuu, osallistuminen

- Hyvää mieltä yhdessä käsikirja s. 49-56
- Huomaa hyvä!
- Lohikäärmeiden kesyttäminen; Luovia rentoutusharjoituksia lapsille

<https://www.oph.fi/fi/koulutus-ja-tutkinnot/tietoisuustaitoharjoitteita-lapsille-nuorille-ja-aikuisille#425ea3b6>

<https://viitotturakkaus.fi/onewebmedia/pikkuisten-mindfulnesskortit.pdf>

<https://www.coronaria.fi/lempipaikkani/harjoitteet-lapsille/olen-ihana/>

<https://www.mll.fi/tehtavat/mielikuvia-minusta-minakasitys-ja-itsetunto/>

<https://neuvokasperhe.fi/rentoutus-lapselle/>

<https://neuvokasperhe.fi/mindfulness-harjoitus-lapselle-ja-aikuiselle/>

<https://mieli.fi/fi/julisteet-ja-kortit/vahvuuskortit>

Pauliina Avola, Viivi Pentikäinen (2019) Kukoistava kasvatus

Mieli Ry www.mieli.fi

Hyvinvoinnin vuosikello <https://www.rovaniemi.fi/loader.aspx?id=22f675c8-f199-48ee-94a4-80cc0d619be4>

Tunne- ja turvataitoja lapsille: https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/126027/Tunne-%20ja%20turvataitoja%20lapsille_WEB.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Lokakuu

Tunnetaidot, onnellisuustaidot, kiitollisuus, hyvän huomaaminen

- osaa määritellä, mitä tarkoittaa turvaverkko
- oppia nimeämään, ilmaisemaan ja tunnistamaan tunteita

- Hyvää mieltä yhdessä käsikirja
- Huomaa hyvä!
- Itsetunto kohdalleen

<https://www.varinautit.fi/tunnetaidot/>

<https://viitotturakkaus.fi/tuote-osasto/tunteiden-tunnistaminen-lapset/tunnetaidot/>

<https://viitotturakkaus.fi/tuote-osasto/onnellisuustaidot/kiitollisuus-ja-lasnaolotaidot/>

<https://viitotturakkaus.fi/onewebmedia/empatian-supersankari-harjoituspaketti.pdf>

<https://positiivinenkasvatus.fi/luontevahvuudet/vahvuus-3-mytatunto/>

Pauliina Avola, Viivi Pentikäinen (2019) Kukoistava kasvatus

Mieli Ry www.mieli.fi



- löytää keinoja omien tunteiden säätelyyn
- oma keho tunteiden ilmentäjänä
- kaikkien tunteiden tarpeellisuus



Marraskuu

Empatia, myötätunto, itsemyötätunto

- oppia tunnistamaan, ilmaisemaan ja nimeämään tunteita itsessä ja toisessa
- osaa huomioida toisen tunnetilaa
- empatia ja kohtaaminen
- itsenä arvostaminen, minä riitän

- Hyvää mieltä yhdessä käsikirja
- Itsetunto kohdalleen
- Huomaa Hyvä!

Hyvinvoinnin vuosikello <https://www.rovaniemi.fi/loader.aspx?id=22f675c8-f199-48ee-94a4-80cc0d619be4>

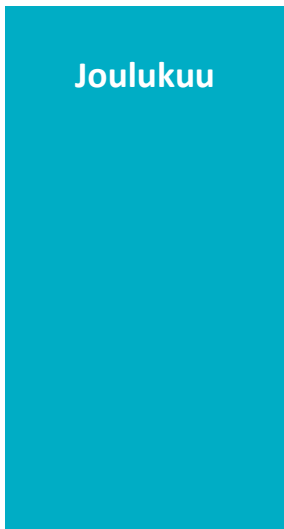
Tunne- ja turvataitoja lapsille: https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/126027/Tunne-%20ja%20turvataitoja%20lapsille_WEB.pdf?sequence=1&isAllowed=y

<https://viitotturakkaus.fi/online/empatian-supersankari-harjoituspaketti.pdf>
<https://positiivinenkasvatus.fi/luontevahvuudet/vahvuus-3-myotatunto/>
<https://viitotturakkaus.fi/tuote-osasto/tunteiden-tunnistaminen-lapset/tunnetaidot/>
 Pauliina Avola, Viivi Pentikäinen (2019) Kukoistava kasvatus

Mieli Ry www.mieli.fi

Hyvinvoinnin vuosikello <https://www.rovaniemi.fi/loader.aspx?id=22f675c8-f199-48ee-94a4-80cc0d619be4>

Tunne- ja turvataitoja lapsille: https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/126027/Tunne-%20ja%20turvataitoja%20lapsille_WEB.pdf?sequence=1&isAllowed=y



Joulukuu

Kaveritaidot, vuorovaikutustaidot, ristiriitojen ratkaisu, luottamus, kunnioitus, tasa- arvo

- tunnistaa ja osaa kertoa, millainen on hyvä kaveri
- harjoittelee toisen huomioimista, kuuntelemista ja tukemista
 -
- minä osana yhteisöä
- kaveri- tunnetaidot, miten saan kavereita ja ylläpidän kaverisuhteita
- jokainen on yhtä arvokas

- Itsetunto kohdalleen!
- Kiva koulu-materiaali

<https://mieli.fi/fi/julisteet-ja-kortit/tunne-ja-kaveritaitokortit>
<https://www.hel.fi/sote/perheentuki-fi/koululaiset/kaverisuhteet/>

<https://www.mll.fi/ammattilaisille/kouluille-ja-oppilaitoksille/kaveriviikko/>

Pauliina Avola, Viivi Pentikäinen (2019) Kukoistava kasvatus

Hyvinvoinnin vuosikello <https://www.rovaniemi.fi/loader.aspx?id=22f675c8-f199-48ee-94a4-80cc0d619be4>

Tunne- ja turvataitoja lapsille: https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/126027/Tunne-%20ja%20turvataitoja%20lapsille_WEB.pdf?sequence=1&isAllowed=y



○

Tammikuu

Some ja hyvinvointi

- harjoittelee hyvää mediakäyttämistä ja turvallista median käyttöä
- tunnistaa peleihin liittyviä riskejä
- nettikiusaaminen ja turvataidot
- medialukutaito
- ikätasolle sopivat pelit

- Ympäristöopin ja yhteiskuntaopin sisällöt

<https://mediataitokoulu.fi>

<https://www.mll.fi/vanhemmille/tietoa-lapsiperheen-elamasta/lapset-ja-media/lapsi-sosiaalisessa-mediassa/>

<https://mieli.fi/fi/kehitt%C3%A4mistoitinta/mielenterveysosaaminen/nuoren-mielen-ensiapu/some-vinkit-kasvattajalle>

Pauliina Avola, Viivi Pentikäinen (2019) Kukoistava kasvatus

Hyvinvoinnin vuosikello <https://www.rovaniemi.fi/loader.aspx?id=22f675c8-f199-48ee-94a4-80cc0d619be4>

Tunne- ja turvataitoja lapsille: https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/126027/Tunne-%20ja%20turvataitoja%20lapsille_WEB.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Helmikuu

Tulevaisuus, unelmointi, ratkaisukeskeisyys

- oppii ymmärtämään oman ikätason kehitysvaiheita ja kasvua
- osaa unelmoida tulevaisuudesta
- ymmärtää omat voimavarat ratkaista asioita

- Yhteiskuntaopin sisällöt

<https://ensijaturvakotienliitto.fi/tietoa-liitosta/materiaalit/materiaalia-lasten-kanssa-tyoskentelyyn/>

Pauliina Avola, Viivi Pentikäinen (2019) Kukoistava kasvatus

Mieli Ry www.mieli.fi

Hyvinvoinnin vuosikello <https://www.rovaniemi.fi/loader.aspx?id=22f675c8-f199-48ee-94a4-80cc0d619be4>

Tunne- ja turvataitoja lapsille: https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/126027/Tunne-%20ja%20turvataitoja%20lapsille_WEB.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Maaliskuu

Terveys

- ymmärtää terveellisten elämäntapojen merkityksen omaan hyvinvointiin ikätaso huomioiden

- Ympäristöopin ja yhteiskuntaopin sisällöt

<https://www.tervekoululainen.fi/alakoulu/>

Pauliina Avola, Viivi Pentikäinen (2019) Kukoistava kasvatus

Mieli Ry www.mieli.fi

Hyvinvoinnin vuosikello <https://www.rovaniemi.fi/loader.aspx?id=22f675c8-f199-48ee-94a4-80cc0d619be4>

Tunne- ja turvataitoja lapsille: https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/126027/Tunne-%20ja%20turvataitoja%20lapsille_WEB.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Arjen selviytymistaidot

- Ympäristöopin ja yhteiskuntaopin sisällöt

Pauliina Avola, Viivi Pentikäinen (2019) Kukoistava kasvatus

Mieli Ry www.mieli.fi

Huhtikuu

- harjoittelee itsestä huolehtimista
- löytää keinoja itsestä huolehtimiseen
- ajankulun hahmotus
- tavaroista huolehtiminen

Arviointi

Toukokuu

- Arvioidaan omaa kehittymistä laaja-alaisissa hyvinvointitaidoissa
- Mitä olen oppinut tänä vuonna?

Hyvinvoinnin vuosikello <https://www.rovaniemi.fi/loader.aspx?id=22f675c8-f199-48ee-94a4-80cc0d619be4>

Tunne- ja turvataitoja lapsille: https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/126027/Tunne-%20ja%20turvataitoja%20lapsille_WEB.pdf?sequence=1&isAllowed=y

<https://www.rovaniemi.fi/loader.aspx?id=22f675c8-f199-48ee-94a4-80cc0d619be4>

3. Yhteisöllisen vuosikellon liite vuosiluokat 5. ja 6.



Elokuu

Yhteisöllisyys ja osallisuus

- arvioi omaa ajankäyttöä
- harjoittelee omaa osallistumistaan omaan oppimiseensa ja ryhmän toimintaan
- toisten huomioiminen, omien valintojen vaikutukset ryhmään
- itsetuntemus; voin omalla esimerkillä edistää toisten hyvinvointia

- Ympäristöopin ja SUK:n materiaalit
- Itsetunto kohdalleen
- Kiva-koulu materiaali

<https://ryhmarenki.fi/>

Pauliina Avola, Viivi Pentikäinen (2019) Kukoistava kasvatus

Mieli Ry www.mieli.fi

Hyvinvoinnin vuosikello <https://www.rovaniemi.fi/loader.aspx?id=22f675c8-f199-48ee-94a4-80cc0d619be4>

Tunne- ja turvataitoja lapsille: [https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/126027/Tunne-%20ja%20turvataitoja%20lapsille WEB.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/126027/Tunne-%20ja%20turvataitoja%20lapsille_WEB.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Syyskuu

Itsetuntemus ja vahvuustaidot; läsnäolo ja rentoutuminen

- vahvistaa minäkuva
- oppii tunnistamaan ja käyttämään omia vahvuuksiaan
- oppii löytämään ja nimeämään kehittymisen kohteitaan
- itsetuntemus, olen tärkeä ja arvokas, vahvuudet/ heikkoudet, temperamentti
- itsetunto, turvallisuus, yhteenkuuluvuus, itseys
- itseluottamus, vastuu, arvostaminen, osaaminen

- Hyvää mieltä yhdessä käsikirja
- Huomaa hyvä!
- Lohikäärmeiden kesyttäminen; Luovia rentoutusharjoituksia lapsille

<https://www.oph.fi/fi/koulutus-ja-tutkinnot/tietoisuustaitoharjoitteita-lapsille-nuorille-ja-aikuisille#425ea3b6>
<https://viitotturakkaus.fi/onewebmedia/pikkuisten-mindfulnesskortit.pdf>
<https://www.coronaria.fi/lempipaikkani/harjoitteet-lapsille/olen-ihana/>
<https://www.mll.fi/tehtavat/mielikuvia-minusta-minakasitys-ja-itsetunto/>
<https://neuvokasperhe.fi/rentoutus-lapselle/>
<https://neuvokasperhe.fi/mindfulness-harjoitus-lapselle-ja-aikuiselle/>
<https://mieli.fi/fi/julisteet-ja-kortit/vahvuuskortit>

Pauliina Avola, Viivi Pentikäinen (2019) Kukoistava kasvatus

Mieli Ry www.mieli.fi

Hyvinvoinnin vuosikello <https://www.rovaniemi.fi/loader.aspx?id=22f675c8-f199-48ee-94a4-80cc0d619be4>

Tunne- ja turvataitoja lapsille: [https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/126027/Tunne-%20ja%20turvataitoja%20lapsille WEB.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/126027/Tunne-%20ja%20turvataitoja%20lapsille_WEB.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Lokakuu

Tunnetaidot, onnellisuustaidot, kiitollisuus, hyvän huomaaminen

- Hyvää mieltä yhdessä käsikirja
- Huomaa hyvä!
- Itsetunto kohdalleen

<https://www.varinautit.fi/tunnetaidot/>

<https://viitotturakkaus.fi/tuote-osasto/tunteiden-tunnistaminen-lapset/tunnetaidot/>

- oppii tunnistamaan, ilmaisemaan ja nimeämään itsessä ja muissa tunteita
- löytää keinoja omien tunteiden säätelyyn ja hallintaan eri tilanteissa
- huomaan oassa elämässään pienet onnellisuutta parantavat asiat
- tunteiden hallinta ja sietämien
- tunteiden vaikutus omaan kehoon
- myötätunto

<https://viitotturakkaus.fi/tuote-osasto/onnellisuustaidot/kiitollisuus-ja-lasnaolotaidot/>

<https://viitotturakkaus.fi/onewebmedia/empatian-supersankari-harjoituspaketti.pdf>
<https://positiivinenkasvatus.fi/luonteenvahvuudet/vahvuus-3-myotatunto/>

Pauliina Avola, Viivi Pentikäinen (2019) Kukoistava kasvatus

Mieli Ry www.mieli.fi

Hyvinvoinnin vuosikello <https://www.rovaniemi.fi/loader.aspx?id=22f675c8-f199-48ee-94a4-80cc0d619be4>

Tunne- ja turvataitoja lapsille: https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/126027/Tunne-%20ja%20turvataitoja%20lapsille_WEB.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Marraskuu

Empatia, myötätunto, itsemyötätunto

- oppia suhtautumaan tavoitteisiinsa kohtuudella
- huomaa väsymisen merkit-> armollisuus itselleen
- osaa osoittaa myötätuntoa kaverille
- kaveri- tunnetaidot
- omien rajojen tunnistaminen

- Hyvää mieltä yhdessä käsikirja
- Itsetunto kohdalleen
- Huomaa Hyvä!

<https://viitotturakkaus.fi/onewebmedia/empatian-supersankari-harjoituspaketti.pdf>

<https://positiivinenkasvatus.fi/luonteenvahvuudet/vahvuus-3-myotatunto/>

<https://viitotturakkaus.fi/tuote-osasto/tunteiden-tunnistaminen-lapset/tunnetaidot/>

Pauliina Avola, Viivi Pentikäinen (2019) Kukoistava kasvatus

Mieli Ry www.mieli.fi

Hyvinvoinnin vuosikello <https://www.rovaniemi.fi/loader.aspx?id=22f675c8-f199-48ee-94a4-80cc0d619be4>

Tunne- ja turvataitoja lapsille: https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/126027/Tunne-%20ja%20turvataitoja%20lapsille_WEB.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Joulukuu

Kaveritaidot, vuorovaikutustaidot, ristiriitojen ratkaisu,

- Itsetunto kohdalleen!

<https://mieli.fi/fi/julisteet-ja-kortit/tunne-ja-kaveritaitokortit>

<https://www.hel.fi/sote/perheentuki-fi/koululaiset/kaverisuhteet/>

<https://www.mll.fi/ammattilaisille/kouluille-ja-oppilaitoksille/kaveriviikko/>

Tammikuu

luottamus, kunnioitus, tasa- arvo

- tietää mikä on turvaverkon merkitys
- oppii miten ja mitä saa apua
- harjoittelee toisten huomioimista, kuuntelemista ja tukemista
- ymmärtää erilaisten ihmissuhteiden merkitys
- vahvistaa vuorovaikutustaitoja
- miten uskallan olla oma itseni?
- miten saan kavereita?
- miten ylläpidän kaverisuhteita?
- turvaverkon merkitys, ystävyssuhteet

Some ja hyvinvointi

- vastuullinen median käyttö
- kriittinen median lukutaito
- ymmärtää ruutuaajan vaikutukset hyvinvoinnille
- keskustella yhteisistä sopimuksista median käytöstä
- arjen ajankäytön hallinta-> ruutuaika, some- aika, pelit.
- vanhempien osallistaminen
- internetin turvallinen käyttö

- Ympäristöopin ja yhteiskuntaopin sisällöt

Helmikuu

Tulevaisuus, unelmointi, ratkaisukeskeisyys

- Yhteiskuntaopin sisällöt

Pauliina Avola, Viivi Pentikäinen (2019) Kukoistava kasvatus

Mieli Ry www.mieli.fi

Hyvinvoinnin vuosikello <https://www.rovaniemi.fi/loader.aspx?id=22f675c8-f199-48ee-94a4-80cc0d619be4>

Tunne- ja turvataitoja lapsille: https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/126027/Tunne-%20ja%20turvataitoja%20lapsille_WEB.pdf?sequence=1&isAllowed=y

<https://mediataitokoulu.fi>

<https://www.mll.fi/vanhemmille/tietoa-lapsiperheen-elamasta/lapset-ja-media/lapsi-sosiaalisessa-mediassa/>

<https://mieli.fi/fi/kehitt%C3%A4mistoiminta/mielenterveysosaaminen/nuoren-mielen-ensiapu/some-vinkit-kasvattajalle>

Pauliina Avola, Viivi Pentikäinen (2019) Kukoistava kasvatus

Mieli Ry www.mieli.fi

Hyvinvoinnin vuosikello <https://www.rovaniemi.fi/loader.aspx?id=22f675c8-f199-48ee-94a4-80cc0d619be4>

Tunne- ja turvataitoja lapsille: https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/126027/Tunne-%20ja%20turvataitoja%20lapsille_WEB.pdf?sequence=1&isAllowed=y

https://ensijaturvakotienliitto.fi/tietoa-liitosta/materiaalit/materiaalia_lasten_kanssa_tyoskentelyyn/

Pauliina Avola, Viivi Pentikäinen (2019) Kukoistava kasvatus

Maaliskuu

- oivaltaa muutosten tarpeellisuuden suunniteltaessa tulevaisuutta
- ymmärtää unelmoinnin lähtevän omista tarpeista
- oivaltaa omat voimavaransa ja taitonsa ratkaista asioita

Terveys

- ymmärtää terveellisten elämäntapojen merkityksen omaan hyvinvointiin ikätaso huomioiden

Huhtikuu

Arjen selviytymistaidot

- Arvioida taitoaan arjesta selviytymiseen -> kouluun lähtö, tavarat mukana yms.
- ymmärtää tekojensa seuraukset omalle hyvinvoinnilleen ja selviytymiselle
- hyvinvoinnin itsearviointi -> osaa arvioida hyvinvoinnissaan tapahtuneita muutoksia, onko oppinut uutta omasta hyvinvoinnistaan
- tekee terveellisiä ja turvallisia arjen valintoja

Toukokuu

Arviointi

- Arvioidaan omaa kehittymistä laaja-alaisissa hyvinvointitaidoissa
- Mitä olen oppinut tänä vuonna?

Mieli Ry www.mieli.fi

Hyvinvoinnin vuosikello <https://www.rovaniemi.fi/loader.aspx?id=22f675c8-f199-48ee-94a4-80cc0d619be4>

Tunne- ja turvataitoja lapsille: https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/126027/Tunne-%20ja%20turvataitoja%20lapsille_WEB.pdf?sequence=1&isAllowed=y

<https://www.nuortenelama.fi/elavaa-elamaa/hyvinvointi-ja-terveys/terveelliset-el%C3%A4m%C3%A4ntavat-489>

<https://www.tervekoululainen.fi/alakoulu/>

Mieli Ry www.mieli.fi

Hyvinvoinnin vuosikello <https://www.rovaniemi.fi/loader.aspx?id=22f675c8-f199-48ee-94a4-80cc0d619be4>

Tunne- ja turvataitoja lapsille: https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/126027/Tunne-%20ja%20turvataitoja%20lapsille_WEB.pdf?sequence=1&isAllowed=y

<https://www.rovaniemi.fi/loader.aspx?id=22f675c8-f199-48ee-94a4-80cc0d619be4>

Valmiita tuntimateriaaleja löytyy kaikkiin osioihin:

- Pauliina Avola, Viivi Pentikäinen (2019) Kukoistava kasvatus
- Mieli Ry www.mieli.fi
- Hyvinvoinnin vuosikello (kaikkiin teemoihin): <https://www.rovaniemi.fi/loader.aspx?id=22f675c8-f199-48ee-94a4-80cc0d619be4>
- Tunne- ja turvataitoja lapsille: https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/126027/Tunne-%20ja%20turvataitoja%20lapsille_WEB.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- 1.-6. luokkien liitettä päivittää: Minna-Leena Aalto