

Liite Sitla 21.3.2023

## **Seksuaalikasvatus Forssan seudun opetussuunnitelmassa**

### 5.lk Ympäristöoppi

- Ihmisen kehon rakenne ja keskeiset elintoiminnot, lisääntyminen sekä murrosiän fyysiset, psyykkiset ja sosiaaliset muutokset
- oman kehon arvostus ja suojelu, tervettä kasvua ja kehitystä tukevat ja haittaavat tekijät sekä seksuaalisen kehityksen yksilöllinen vaihtelu
- ihmissuhteisiin, huolenpitoon ja tunteiden säätelyyn liittyvät sosiaaliset tekijät, suvaitsevaisuus sekä ikäkauteen liittyvät oikeudet ja vastuu. Johdanto

Sisällöt valitaan siten, että ne tukevat tavoitteiden saavuttamista ja hyödyntävät paikallisia mahdollisuuksia. Sisältöalueista muodostetaan kokonaisuuksia eri vuosiluokille.

#### S1 Minä ihmisenä

Sisältöjä valitaan siten, että ne liittyvät ihmisen rakenteeseen ja keskeisiin elintoihintoihin sekä ihmisen kasvun ja kehityksen eri vaiheisiin. Sisällöissä kiinnitetään huomiota kehityksen ajankohtaisiin muutoksiin ja niiden yksilöllisen luonteen ymmärtämiseen. Käsitellään ikäkauden mukaisesti seksuaalista kehitystä ja ihmisen lisääntymistä.

Harjoitellaan tunnistamaan oman kehon ja mielen viestejä ja tiedostamaan omia ajatuksia, tarpeita, asenteita ja arvoja. Perehdytään terveyden osa-alueisiin ja voimavaroihin, arjen terveystottumuksiin, mielenterveystaitoihin, sairauksien ehkäisyyn ja itsehoitotaitoihin. Lisäksi harjoitellaan tunteiden tunnistamista, ilmaisua ja säätelyä. Tunnistetaan omaa oppimista tukevia asioita

### 9.lk Biologia

Tavoitteena on ymmärtää ihmisen kehitystä ja elimistön perustoimintoja sekä perinnöllisyyden ja evoluution perusperiaatteita. Tavoitteena on myös kehittää oppilaan kykyä soveltaa biologian tietoja ja taitoja omassa elämässä sekä yhteiskunnallisessa keskustelussa ja päätöksenteossa. Tuetaan oppilaan kykyä tehdä eettisesti perusteltuja valintoja ja edistetään oppilaan halua vaikuttaa kestävän tulevaisuuden rakentamiseksi. (T4, T5, T11, T13, T14)

#### Ihminen

- ihmiskehon toiminnan tutkiminen
- mahdollisuuksien mukaan mittauksilla ja kokeilla
- ihmisen rakenne, elintoiminnot ja säätelyjärjestelmät
  - lisääntyminen ja perinnöllisyys
  - kasvuun, kehitykseen ja terveyteen
- vaikuttavien biologisten tekijöiden perusteet
- havainnointia lähiympäristön

ympäristötekijöiden vaikutuksesta hyvinvointiin

- ihmisen evoluutio

\*L1, L3, L

9.lk Terveystieto

Seksuaalisuus: (T7, T8)

- ihastuminen, rakastuminen

- seksuaalioikeudet

- seksuaalinen monimuotoisuus

- ehkäisy

- seksitaudit 4, L5

MIELLEN HYVINVOINTI: (T2, T3, T4, T7, T8)

- mielenterveyden häiriöt ja niiden ennaltaehkäiseminen

- stressi ja sen hallinta

- kriisit ja niiden käsittely

Oppiaineen tehtävä

Terveystieto on monitieteiseen tietoperustaan pohjautuva oppiaine. Terveystiedon opetuksen tehtävänä on oppilaiden monipuolisen terveysosaamisen kehittäminen. Lähtökohtana on elämän kunnioittaminen ja ihmisoikeuksien mukainen arvokas elämä. Terveysteen, hyvinvointiin ja turvallisuuteen liittyviä ilmiöitä tarkastellaan ikäkaudelle sopivalla tavalla terveysosaamisen eri osa-alueiden kautta. Näitä ovat terveyteen liittyvät tiedot, taidot, itsetuntemus, kriittinen ajattelu sekä eettinen vastuullisuus.

Opetuksessa huomioidaan terveyteen liittyvien ilmiöiden moniulotteisuus ja -tasoisuus: terveyttä tukevat ja kuluttavat fyysiset, psyykkiset ja sosiaaliset tekijät sekä näiden väliset yhteydet ja syy-seuraussuhteet. Terveyttä tarkastellaan ihmisen elämänsä eri vaiheissa, yksilön, perheen, yhteisön ja yhteiskunnan tasolla sekä soveltuvin osin myös globaalisti. Oppilaiden kehittyessä ja elinpiirin kasvaessa terveyteen liittyvien kysymysten tarkastelu laajenee ja syvenee. Keskeistä on ohjata oppilaita ymmärtämään terveyttä voimavarana jokapäiväisessä elämässä, elinympäristössä ja yhteiskunnassa. Opetuksen tulee tukea oppilaiden yksilöllistä ja yhteisöllistä tiedon hankintaa, rakentamista, arviointia ja käyttämistä. Lisäksi tuetaan turvallisuustaitoihin, sosiaalisiin taitoihin sekä tunteiden tunnistamiseen ja säätelyyn liittyvien valmiuksien kehittämistä.

Terveysosaamisen avulla oppilaat hahmottavat terveyden laaja-alaisuutta ja saavat valmiuksia tehdä tarkoituksenmukaisia ja perusteltuja terveyteen liittyviä valintoja ja päätöksiä. Terveysosaaminen lisää kykyä tunnistaa ja muokata tekijöitä, jotka mahdollistavat oppilaiden oman ja ympäristönsä terveyden ja hyvinvoinnin arvostamisen, ylläpitämisen ja edistämisen. Opetuksessa hyödynnetään mahdollisuuksia havainnoida ja tutkia terveyteen ja turvallisuuteen liittyviä ilmiöitä omassa elin-, ja oppimisympäristössä, tehdä yhteistyötä eri oppiaineiden kanssa sekä harjoitella ja soveltaa osaamista käytännössä.

Terveystietoa opetetaan vuosiluokilla 1-6 osana ympäristöoppia. Vuosiluokilla 7-9 opetuksessa syvennetään ja laajennetaan alempien vuosiluokkien aikana käsiteltyjä teemoja ikäkauden mukaisesti. Opetuksessa pyritään aiempaa tarkempaan tiedonalakohtaiseen käsitteiden käyttöön ja vahvistetaan kriittiseen ajatteluun, itsetuntemukseen ja eettiseen pohdintaan liittyvää osaamista ikäkauden mukaisesti. Opetuksessa eri vuosiluokilla otetaan huomioon opetettavan aineksen ja siihen liittyvän osaamisen merkitys oppilaiden ikäkauden ja kehitysvaiheen näkökulmasta.

## Terveystiedon opetuksen tavoitteet vuosiluokilla 7-9

### Opetuksen tavoitteet

#### Tavoitteisiin liittyvät sisältöalueet

#### Laaja-alainen osaaminen

#### Terveyttä tukeva kasvu ja kehitys

T1 ohjata oppilasta ymmärtämään terveyden laaja-alaisuutta, terveyden edistämistä sekä elämäntapaa, kasvua ja kehitystä voimavaralähtöisesti S1-S3 L1, L2, L3, L7

T2 ohjata oppilasta kehittämään valmiuksiaan tunne- ja vuorovaikutustaidoissa ja kykyä toimia erilaisissa ristiriita- ja kriisitilanteissa S1 L2, L3, L4, L7

T3 ohjata oppilasta kehittämään itsetuntemustaan, omien arvojen ja asenteiden sekä kehon ja mielen viestien tunnistamista ja tunnistamaan ja säätelemään käyttäytymistään, oppimistaan ja opiskeluaan tukevia tekijöitä S1 L1, L3, L4, L6

T4 ohjata oppilasta pohtimaan yksilöllisyyteen, yhteisöllisyyteen ja yhdenvertaisuuteen liittyviä kysymyksiä terveyden näkökulmasta sekä tukea oppilaan valmiuksia luoda vastuullisia ratkaisuja ihmisten välisissä vuorovaikutustilanteissa S1 S3 L1, L2, L3, L4, L6, L7

#### Terveyttä tukevat ja kuluttavat tekijät sekä sairauksien ehkäisy

T5 ohjata oppilasta syventämään ymmärrystään fyysisestä, psyykkisestä ja sosiaalisesta terveydestä ja niitä vahvistavista ja vaarantavista tekijöistä ja mekanismeista sekä tukea oppilaan valmiuksia käyttää näihin liittyviä käsitteitä asianmukaisesti S1-S3 L1, L2, L3, L4

T6 tukea oppilaan kehittymistä terveyteen ja sairauteen liittyvän tiedon hankkijana ja käyttäjänä sekä edistää valmiuksia toimia tarkoituksenmukaisesti terveyteen, turvallisuuteen ja sairauksiin liittyvissä tilanteissa S2 S3 L2, L3, L5, L6, L7

T7 ohjata oppilasta tunnistamaan ja arvioimaan omia terveyteen ja turvallisuuteen liittyviä tottumuksiaan, valintojaan ja niiden perusteluja sekä rohkaista oppilasta pohtimaan oman terveyden kannalta merkityksellisiä voimavaroja S1 S2 L2, L3, L4, L7

T8 ohjata oppilasta tunnistamaan ja tarkastelemaan kriittisesti terveyteen ja sairauteen liittyviä ilmiöitä, niihin liittyviä arvoja ja normeja sekä arvioimaan tiedon luotettavuutta ja merkitystä S1-S3 L1-L7

Terveys, yhteisöt, yhteiskunta ja kulttuuri

T9 ohjata oppilasta ymmärtämään ympäristön, yhteisöjen, kulttuurin ja tieto- ja viestintäteknologian merkitystä terveydelle ja hyvinvoinnille S3 L2, L4, L5, L7

T10 ohjata oppilasta luomaan perustaa opiskelu-, toiminta- ja työkyvylle ja sen ylläpitämiselle sekä kuvaamaan terveystalouden asianmukaista käyttöä S1 S2 L1, L3, L6

T11 ohjata oppilasta ymmärtämään ja arvioimaan perheen ja omaan elämänpiiriin kuuluvien ihmisten ja yhteisöjen edustamia terveyskäsitteitä, tunnistamaan niiden merkitystä itselle sekä muodostamaan kuvaa itselle sopivista oppimisen keinoista S1-S3 L1,L2, L3, L7

T12 tukea oppilaan valmiuksia arvioida kriittisesti terveyteen ja sairauteen liittyvää viestintää sekä eritellä yksilön oikeuksia, vastuita ja vaikuttamiskeinoja terveyttä ja turvallisuutta koskeissa asioissa omassa oppimisympäristössä ja lähiyhteisöissä S3 L1-L7

Terveystiedon tavoitteisiin liittyvät keskeiset sisältöalueet vuosiluokilla 7-9

Tavoitteiden pohjalta luodaan ehyitä, ikätasoisesti eteneviä opetuskokonaisuuksia. Opintokokonaisuudet rakentavat monipuolista tietoa ja osaamista terveydestä voimavarana, sen fyysisestä, psyykkisestä ja sosiaalisesta osa-alueesta sekä näiden välisestä vuorovaikutuksesta. Opintokokonaisuuksissa otetaan huomioon elämäntapa, lapsuuden ja nuoruuden kasvu, kehitys sekä niiden kehitystehtävät. Sisältöjen valinnoissa hyödynnetään paikallisia ja globaaleja ajankohtaisia aiheita ja sovelletaan niitä tavoitteiden mukaisesti.

S1 Terveyttä tukeva kasvu ja kehitys: Sisällöissä painotetaan terveyden eri osa-alueiden kokonaisvaltaista hahmottamista terveyden edistämisen ja sairauksien ehkäisyn näkökulmasta. Opetuksessa käsitellään elämäntavan sekä kasvun ja kehityksen yleisiä tunnuspiirteitä, monimuotoisuutta ja henkilökohtaisuutta. Kasvun ja kehityksen sisällöissä painottuvat identiteetti, minäkuvan ja itsetuntemuksen rakentuminen, seksuaalinen kehittyminen, huolenpidon sekä perheen ja läheisten merkitys, mielen hyvinvointi ja itsensä arvostaminen sekä turvataidot. Tunne- ja vuorovaikutustaitojen sisällöissä kiinnitetään huomiota vuorovaikutustilanteissa toimimiseen, tunteiden ilmaisuun ja niiden säätelyyn. Lisäksi perehdytään ristiriitojen, ongelmatilanteiden, stressin ja kriisien rakentavaan käsittelyyn. Ihmisen rakenne, elintoiminnot, kasvu, kehitys ja terveys S1, S2, S6