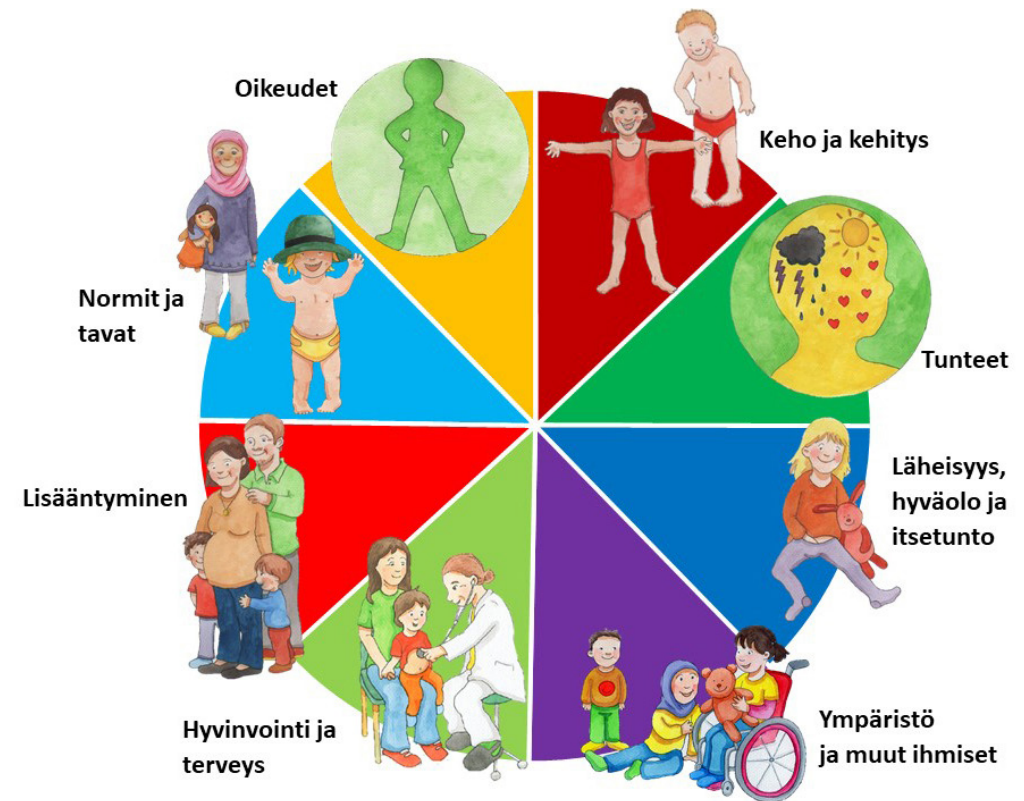


VUOSIKELLO 7-8 V



Keho ja kehitys



Sisältö

- Nimet kaikille kehon osille.
- Lupa puhua ja kysyä kaikesta syntyy, jos aikuiset juttelevat ikätasoisista asioista.
- Monenlaiset kehot ja kehityspolut ovat yhtä arvokkaita.
- Millainen minä olen? Mitä jo osaan?
- Mitä kehossani tapahtuu?
- Mitä varten kehon osat ovat?
- Ulkonäkökeskeisyyden vähentäminen ja kehoitsetunnon vahvistaminen.
- Uteliaisuus ja kehon tutkiminen sallittu.
- Säännöt tutkimusleikeille ja määäämisioikeus omasta kehosta.

Puhutaan

- "Pimppi, pippeli ja peppu ovat erityisen arvokkaita ja herkkiä kehon osia, joista pidetään hyvää huolta ja niistä saa päättää itse."
- "Kehot muuttuvat koko elämän ajan."
- "Kaikilla on erilaiset kehot sormenjäljistä ihon väriin ja nenän muotoon. Kehitys ja kasvu tapahtuvat jokaisella oman aikataulun mukaisesti, eikä siinä pidä kiirehtiä."
- "Kehomme oppivat tekemään hienoja asioita. Eri kehot vähän eri asioita. Kehoa pitää hoitaa ja kohdella arvostavasti, silloin kehot voivat hyvin."

Materiaali

- Puheeksi ottamisen kortit ja ohjaajan opas
- Hei, mitä minussa tapahtuu -juliste
- Mitä on kehotunnekasvatus? -vihkonen
- Seksuaalisuuden portaat -malli
- Folkhälsan & Nektaria: Snippelison / Pimppelipom
- Kirjoja:**
 - Hoffman: Meidän ja muiden kehot
 - Stalfelt: Kakkakirja
 - Fiske, 2021: Kaikilla on takapuoli
- Laulut:**
 - Skolars Finland: Body Parts song

Leikitään

- Pyydä** oppilaita nimeämään niin monta kehonosaa kuin he tietävät. Kirjoittakaa ja sijoittakaa nimet yhdessä lopuksi isolle pahvi- tai paperi-ihmiselle.
- Kuvista tai sanoista sananselitystä:** etsikää kehonosien kuvia tai kirjoittakaa lapuille sanoja. Lapset vuorotellen yrittävät selittää mikä kehonosa on kyseessä. Selittäjä ei saa sanoa lapussa olevaa sanaa, eikä näyttää sitä omasta kehostaan.

Huoltajalle

- Ota vanhempainvartissa huoltajien kanssa kehotunnekasvatuksen teemat esiin. Selitä lyhyesti termit, tavoitteet ja miksi näitä asioita on hyvä ottaa puheeksi lapsen kanssa. Tukena voit käyttää esimerkiksi puheeksi ottamisen kortteja tai Mitä on kehotunnekasvatus -vihkosta.
- Jaa Mitä on kehotunnekasvatus -vihkonen linkki perheille.
- Kohtaa arvostaen myös mahdolliset ennakkoluulot ja virheuskomukset.
- Jaa vanhemmille linkkejä aihetta käsitteleviin materiaaleihin. Näin vanhemmatkin saavat työkaluja käsitellä näitä teemoja lasten kanssa.



Tunteet

Sisältö

- Lupa kuunnella omaa kehotunnetta ja sanoa se ääneen.
- Ihastuminen, rakastuminen ja mustasukkaisuus – tärkeitä tunteita.
- Osa lapsista näyttää tunteita hyvin avoimesti.
- Toisiin lapsiin, ihailtuihin aikuisiin tai idoleihin rakastumiset ovat tavallisia. Ne vahvistavat itsetuntoa.
- Miten ilmaista omaa tykkäämistunnetta?
- Miten lähestyä toista arvostavasti?
- Lapsen tarve itsenäistyä lisääntyy, se voi näkyä tunteiden vaihteluna.

Puhutaan

”Mistä tunnistaa toisen ihmisen tunteen? Miltä toisesta tuntuu? Näkyykö se aina kasvoista tai jostain muusta merkistä? Tarttuuko tunne?”

”Miltä erilaiset asiat tuntuvat? Sama asia voi toisesta olla kivaa ja toisesta ei, esim. painiminen, halaus kaverin kanssa, pusuhippa, huutaminen ym.”

Toivon luominen ihastumisissa ja pettymyksissä: ”Nyt toinen ei tunne samalla tavalla kuin sinä, mutta varmasti löydät vielä jonkun ihanan erityisen ystävän!”

”Tykkääminen on hyvää tekevä tunne. Kaikki saavat tykkätä kenestä haluaivat, eikä siitä saa kiusata.”

Materiaali

Kirjat:

Hoffman: Meidän ja muiden tunteet

Juusola & Koski: Tunteiden aakkoset

Jukka-Hukka -kirjasarja

Eppu: Minä tykkään nyt. Ilosta, ujostelusta ja muista tunteista. Runoja ja tehtäviä tunteista.

Kummu & Maijala 2015: Puhelias Elias. Harjoitus-pusuja

Laulut:

Miss Molly: The Feelings Song

Leikitään

Piirtäkää paperille tilanteita omasta elämästä, esim. tilanteita, joista tulee surulliseksi, iloiseksi, pelokkaaksi, uteliaaksi, innostuneeksi, vihaiseksi.

Tarinat: Keksi tai etsi pieniä ystävyystarinoita, joissa tulee riitaa lasten tai aikuisen välillä, tai yritetään saada uutta ystävää. Lue ja pysäytä tarina aina sopivassa tilanteessa ja kysy lapsilta, mikä tunne oli kullakin hahmolla sillä hetkellä. Mistä tunteet tulivat? Jos tunne on ikävä, miten siitä voisi päästä eteenpäin? Jos tunne on myönteinen, miten sen voisi säilyttää?

Huoltajalle

Kerro vanhempainillassa mitä kehotunnekasvatus pitää sisällään.

Apuna Väestöliiton vanhempainiltamalli.

Tiedota huoltajia pitkin vuotta tarkemmin kehotunnekasvatuksen aiheista ja siitä, mitä olette luokassa puhuneet ja harjoitelleet lasten kanssa.

Kun aktiivisesti otat puheeksi kehotunnekasvatuksen aiheita, myös huoltajat saavat mallin puhua siitä avoimesti.



Läheisyys, hyväolo ja itsetunto

Sisältö

- Lapset voivat luottaa läheisyyteen turvallisessa luokassa. Opettajalta saa turvaa ja lohdutusta.
- Kosketukseen kysytään lupa. Kosketus ei ole koskaan salaisuus.
- Vahvasta lapsen kehoitsetuntoa.
- Ohjaa kehon arvostavaa kohtelua lasten kesken.
- Ohjaa kaikkia kannustamaan ja auttamaan toisia.
- Ole mallina hyvän olettamisesta muista.
- Omasta kehosta ja toisen ihmisen läheisyydestä saa nauttia.

Puhutaan

”Kylläpä autoit hienosti kaveria, Leo. Hänelle taisi tulla tosi hyvä mieli.”

”Omaa kehotunnetta pitää kuunnella ja uskoa ja kaikista kehotunteista voi kertoa toisille. Niiden mukaan ei kuitenkaan saa aina toimia, eikä satuttaa itseä tai toisia.”

”Eri ihmisille eri asiat ja tilanteet tuntuvat hyviltä ja ikäviltä.”

”Läheisyys ja halaamiset tuntuvat usein ihanilta, mutta ei aina kaikista. Silloin saa kieltää kosketuksen ja sitä pitää uskoa.”

Materiaali

Harjoituksia kehoitsetunnon tukemiseen

Kirjat:

Spilsbury: On hienoa olla minä! Kohenna itsetuntoasi ja löydä sisäinen sankarisi.

Juusola: Hyvä minä. Tutkimusmatka itsetuntoon

Laulut:

Nameless B: Astetta kovempi jätkä

The Singing Walrus: Hello song for kids

Positive Learning: Ystävällisyysjumppa

Salapoliisi Mäyrä: Laulu rakkaudesta

Leikitään

Tee satuhierontatarina lasten kanssa. Toteuta satuhieronta yhteisessä piirissä oppilaiden kanssa. Sopikaa yhdessä kosketuksen tavat.

Millainen kosketus tuntuu hyvälle? Parit kokeilevat vuorotellen kosketusta käsillä, pensseleillä, palloilla ym. Pari kertoo ohjeet kosketukseen.

Kehotaputukset

Toistakaa lauseet kahdesti rytmissä. Taputtakaa samalla kaksi kertaa vuorossa olevaan oman kehon osaan. Käy läpi kaikki kehon osat.

”Tässä on mun vartalo! Se on huippu vartalo!” x 2

”Tässä on mun pää! Se on huippu pää!” x 2

”Tässä on mun pylly! Se on huippu pylly!” x 2 Ym.

Hemmottelupäivä lasten toivomusten mukaan.

Huoltajalle

Juttele vanhempainvartissa kehotunnekasvatuksen aiheista jokaisen lapsen ja perheen tarpeiden näkökulmasta.

Puheeksi ottamisen kortit voivat olla pöydällä ja huoltaja valitsee esimerkiksi kolme ajankohtaista korttia, joista puhutaan.



Oikeudet

Sisältö

- Millaisia oikeuksia lapsilla on?
- Mitä ovat lapsen keho- tai seksuaalioikeudet?
- Millaisia velvollisuuksia lapsilla on?
- Aikuisten kuuluu suojella lasten oikeuksien toteutumista.
- Lapsella on oikeus olla turvassa, saada ikänsä sopivia tietoja ja taitoja sekä sanoa oma mielipiteensä.
- Lapsi opettelee ilmaise- maan toiveitaan, tarpeitaan ja pyytämään apua.
- Suhtaudu lasten hoke- miin ja huuteluihin kysy- myksinä.

Puhutaan

”Aikuisten on kerrottava teille teidän oikeuksistan- ne!”

”Oikeuksien ohella, kaikilla on myös velvollisuuksia, jotka lisääntyvät kasvaes- sa.”

”Lapsi saa aina pyytää apua aikuisilta.”

”Aikuisten velvollisuus on turvata lapsen oikeudet ja kuunnella lapsia.”

”Tärkeää on saada kehit- tyä omassa tahdissa ja häiritsemättä, tuettuna ja suojattuna. Jokaisella on omanlaisensa persoona, kehitys ja mielenkiinnon kohteet.”

”Jokaisella on oikeus olla turvassa ja oma itsensä.”

Materiaali

Kirjat:

Parr: Rauhakirja

Amnesty International: Me kaikki synnymme vapaina.

Unicefin verkkomateriaa- li alkuopetukseen (esim. Compasito)

Marttinen: Tavallisen kiva päivä

Juntunen, Savolainen: Suomen lasten lakikirja

Davies: Every child a song

Laulut:

Rannankari: Lapsella on oikeus

Tuominen: Nyt kuuntele mua

Leikitään

Opetelkaa Lapsella on oikeus -laulu ja -tanssi yhdessä. Esittäkää se koulun muille oppilaille.

Piirtäkää ja kirjoittakaa viisi teidän ryhmällemme tärkeintä lasten oikeutta isolle pape- rille, jonka voitte kiinnittää lopuksi luokan seinälle.

Keksikää oma lastenoikeuksien räppi. Har- joitelkaa se yhdessä. Voitte aloittaa ensin rauhallisella äänellä ja nostaa äänenvoi- makkuutta pikkuhiljaa niin, että lopussa ääni on jo vahva ja vaativa.

Huoltajalle

Linkkaa ja vinkkaa vanhemmille erilaisia materiaaleja, kuten kuuntelemianne lauluja ja lukemianne kirjoja aiheesta. Näin he voivat myös kotona tutustua tähän aihee- seen lastensa kanssa.

Anna kotiläksyksi lukea yhdessä Mitä on kehotunnekasvatus- vihkosen viimeinen kappale: Oikeudet.

Ympäristö ja muut ihmiset



Sisältö

- Tutustutaan monenlaisiin perheisiin ja monenlaisiin kokemuksiin sukupuolesta.
- Perheillä ja ihmisillä on monenlaisia tapoja olla, elää, toimia ja pukeutua.
- Ystävyys- ja läheisyystaidot: Miten olla hyvä ystävä? Miten saada ystävä tai liittyä ryhmään? Miten ratkaista ristiriitoja?
- Ystävyys säännöt.
- Ketään ei jätetä ulkopuolelle tai nimitellä. Jokainen haluaa kuulua joukkoon.
- Lapsi etsii ryhmässä paikkaansa.

Puhutaan

- "Keitä teidän perheeseen kuuluu?"
- "Voinko tulla leikkimään teidän kanssanne?"
- "Ihmiset ovat monenlaisia ja omalla tavalla hienoja kaikki. Jokainen kokee itsensä omalla tavallaan ja kaikilla on oikeus olla omanlaisensa."
- "Jokainen saa itse päättää, keneen rakastuu ja kenen kanssa haluaa perheen vai haluaako sellaista."
- "Rakastavat aikuiset ovat sukupuolestaan riippumatta parhaat vanhemmat omille lapsilleen."

Materiaali

Kirjat:

- Ledu & Frattini: Suuri perhekirja
- Hoffman: Meidän ja muiden elämä/ Meidän ja muiden ystävät
- Juurikainen: Äidin uusi kaveri
- Cacciatore & Häkkänen: Ystävyys on ykkönen

Laulut:

- Virtanen: Minun ystäväni on kuin villasukka
- Disney: Ei kaveria parempaa/ Kaikki yhdessä/ Parhaat ystävät/ Hakuna Matata

Leikitään

Lapset näyttelevät

vuorotellen erilaisia ystävyysteen liittyviä tilanteita. Katsojat voivat ehdotella, miten tilanteissa voisi toimia.

Mitä tehdä, jos joku on ihan yksin?

Mistä voisi löytää kaverin?

Kaverin kanssa tulee erimielisyyttä.

Leikatkaa lehdistä monen näköisiä ja kokoisia ihmisiä. Tehkää "ihmisketju" luokan seinälle.

Tutkikaa yhdessä lehtiä ja kirjoja: millaisia rooleja, ammatteja tai vaatteita on eri sukupuolilla. Tuo kuvia myös eri aikakausilta, jolloin pukeutuminen, kampaukset ja värit ovat olleet hyvin toisenlaisia kuin tänä päivänä. Tutkikaa kuvien stereotypioita.

Huoltajalle

Lapselle kotiläksy: haastattele oman perheesi kaikkia jäseniä.

Voitte yhdessä keksiä kysymykset, kuten

- Nimi, ikä
- Lempiasiat
- Inhokkiasiat
- Millainen on hyvä päivä
- Millainen on luonteeni

Tutustukaa kaikkien oppilaiden perheenjäseniin mukavalla ja arvostavalla tavalla. Huomatkaa, kuinka monenlaisia, hauskoja, persoonallisia ja mielenkiintoisia ovatkaan eri ihmiset, kun heihin tutustuu.



Hyvinvointi ja terveys

Sisältö

- Neljä turvataitoa.
- Miten toimia ikävissä tilanteissa?
- Kaikkien pitää tuntea ryhmässä olevansa turvassa.
- Digiturvataidot
- Mitä on häirintä, kiusaaminen ja satuttaminen? Miten näitä voi vähentää? Kenelle kertoa?
- Hyvä ja huono kosketus ja salaisuus.
- Lapsi alkaa ymmärtää oman käyttöksensä vaikutukset omaan ja toisten hyvinvointiin.
- Lapsi oppii huolehtimaan hygieniastaan.

Puhutaan

”Kosketuksen pitää olla aina vapaaehtoista ja kaikista mukavaa.”

”Ketkä ihmiset sinun elämässäsi ovat turvallisia ja luotettavia?”

”Ikiomiin yksityisiin paikkoihin, eli pimppiin, pippeeliin, peppuun, nänneihin tai suuhun ei kukaan saa koskettaa tai kuvata ilman hyvää syytä ja lupaasi.”

”Jos näet tai kuulet jostain ikävää tai pelottavaa laitteelta, sitä ei tarvitse katsoa. Lähde pois ja kerro aikuiselle. Aikuinen ei suutu sinulle, jos olet nähnyt jotain kurjaa. Aikuinen osaa auttaa.” Opellaan myös kuvakaappauksen teko.

Materiaali

Turvataidot ja lapsen keho -julistte

Digiturvataito -julistte

Turvataitokasvatus.fi

Tunne- ja turvataitoja lapsille (Andell, Lajunen, Ylenius-Lehtonen)

Pelastakaa lapset ry: Kehoni on minun.

Pisarapuuttuminen

Folkhälsan: Pimppelipom

Kirjat:

Vento: Peikonhantä

Bernadotte: Stellan salaisuus

Braun: Suuri Ei ja pieni Ei

Stalfelt: Livet boken

Laulut:

Myyryläinen: Turvataito-laulu

Pelastakaa lapset: Stop min kropp

Leikitään

Turvataitotilanteet: lapsi nostaa purkista tilanteen ja yhdessä juttelemalla tai näyttämällä mietitään, miten tilanteesta voisi selvitä parhaiten. (Esimerkit Väestöliiton verkossa)

Piirtäkää itselle turvallisin paikka: missä se on? Onko siellä joku sinun kanssasi? Piirtäkää yhdessä iso paperi täyteen asioita, joista tulee hyvää oloa ja hyvää mieltä. Laittakaa taideteos seinälle.

Harjoitelkaa pareittain: Lapsi pitää kiinni esim. toisen lapsen käsivarresta. Lapsi, josta pidetään kiinni, sanoo: ”en pidä tästä”, ”minuun ei saa koskea”, tai ”Ei”. Tällöin toinen lapsi irrottaa otteen. Kiinni pidetty lapsi menee kertomaan opettajalle.

Huoltajalle

Turvataito- ja digiturvataito- julisteiden linkit kotiin. Monelle vanhemmalle nämä ovat uusia aiheita, joten he tarvitsevat lisätietoa ja vinkkejä.

Opasta vanhempia harjoittelemaan lastensa kanssa turvataitotilanteita taitoja vahvistaen ja myönteisesti.

Tue vanhempia noudattamaan pelien ja ohjelmien ikärajoja sekä keskustelemaan sisällöistä kaikki yhdessä. Nämä suojaavat lapsen kehitystä ja hyvinvointia.

Lisämateriaali vanhemmille: https://suojeellaan-lapsia.fi/7-9_vuotiaat/.



Lisääntyminen

Sisältö

- Elämän peruskysymykset: Miten ihmiset saavat alkunsa, mistä ja miten he saapuvat maailmaan.
- Monet tavat tulla vauvaksi perheeseen.
- Hellyys, rakkaus ja hoiva ihmisten välillä.
- Perheen, läheisten, läheisyyden, koskettamisen, turvan ja kiintymyssuhteiden merkitys.
- Kaikki aikuiset eivät voi saada omaa vauvaa, vaikka haluaisivat. Jotkut eivät halua omia lapsia.

Puhutaan

- "Vauva alkaa kasvaa, kun miehen ja naisen vauvasiemenet yhdistyvät."
- "Vauva kasvaa äidin kohdussa noin 9 kk."
- "Kun vauva on valmis syntymään, se syntyy pimpin / synnytyskanavan kautta tai joskus leikataan varovasti äidin vatsan päältä ulos kohdusta."
- "Vauvat tai lapset voivat tulla perheeseen myös adoption kautta. Lapsi voi myös saada sijaisperheen."

Materiaali

Kirjat:

- Hovatta: Pupujuuttuja ja muita vauvasatuja erilaisista tavoista saada lapsia.
- Fiske: Kuinka vauvoja tehdään?
- Kallio & Ruuhilahti: Onnikujan kaverukset ja pomppiva massu

Leikitään

Pyydä etukäteen lapsia tuomaan omia vauva- ja pikkulapsivaiheen kuvia kouluun. Tuokaa te aikuiset myös kuvia oman elämänne varrelta. Ihailkaa yhdessä kuvia ja ihmetelkää kaikkien kasvua vauvasta isoksi lapseksi tai aikuiseksi. Oletteko vielä samannäköisiä kuin vauvana? Tunnistatteko kuvista toisianne?

Tutkikaa kirjoista, millaisia erilaisia tapoja on tulla vauvaksi perheeseen. Ota avuksi kehotunnekasvatuksen kirjalista.

Huoltajalle

Järjestäkää koko alkuopetukselle yhteinen teemavanhempainilta ja työpaja kehotunnekasvatuksen aiheista.

Väestöliiton vanhempainil-tamalli.

Kotiläksy: Huoltajat kuvailevat lapselle millainen lapsen vauva-aika ja odotusaika oli.

Normit ja tavat



Sisältö

- Mikä on sopivaa?
- Käytöstavat ja sopivuussäännöt.
- Lapset vasta harjoittelevat normeja. Ohjaa sitkeästi ja lempeästi.
- Yksityinen ja julkinen, miten ne eroavat?
- Arvostava kohtaaminen
- Tavat ja kulttuuri, jossa kukin on elänyt ja kasvanut tulee tutuksi ja tavalliseksi.
- Toiseen kulttuuriin pitää ensin tutustua, jotta sitä voi ymmärtää.
- Eri paikoissa voi olla erilaiset säännöt.

Puhutaan

”Näin on tapana tehdä. Se on kohteliasta”

”Ei ole tapana kaivaa nenää tai peppua toisten edessä. Sen voi tehdä tarvittaessa vessassa ja muista sitten vielä pestä kädet.”

”Maailmassa on paljon yhdessä sovittuja sääntöjä, jotta kaikilla olisi hyvä olla. Perheissä ja eri paikoissa, kuten kouluissa ja harrastuksissa on erilaisia toimintatapoja ja sääntöjä.”

”Eri ihmisille eri asiat ovat tärkeitä, mutta varmasti löytyy myös asioita, jotka ovat kaikille ihmisille tärkeitä ja yhteisiä.”

”Miksi aikuiset tai isommat lapset saavat tehdä eri asioita kuin pienemmät lapset?”

Materiaali

Kirjat:

Issakainen: Atte ja Anna. Meidän ja muiden uskonnot.

Mc Millan: Laila & Harri. Hyvien tapojen kirja.

Parvela: Hilma ja pingviini

Venho: Kaksi päätä ja kahdeksan jalkaa

Gehm: Mahdottomat aikuiset

Sarve: Prinsessa

Laulut:

The Singing Walrus: Please and thank you song

Leikitään

Esittäkää nukketeatterina lapsille erilaisia tilanteita kahdella tavalla: hassusti ja normin mukaan. Miettikää yhdessä, miksi sääntöjä on tehty ja mitä tapahtuu, jos niitä ei noudatettaisi.

Esimerkkikohtauksia:

Lapsi riisuu housut kaupassa

Aikuinen kaivaa nenää ravintolassa

Lapsi syö toisen lapsen lautaselta.

Tehkää luokalle yhdessä säännöt näkyvästi seinälle.

Sopikaa säännöllinen lastenpalaveri, jossa käynte läpi asioita, joita pitäisi kehittää ja asioita, jotka menevät jo hyvin. Miten lapset voivat osallistua ja antaa palautetta?

Huoltajalle

Pyydä vanhempia kirjaamaan lapsen kanssa ylös kodin tärkeimmät säännöt. Vertailkaa sitten kotien ja luokan yhteisiä sääntöjä. Saako kotona, koulussa, harrastuksissa ym. tehdä erilaisia asioita? Miksi?