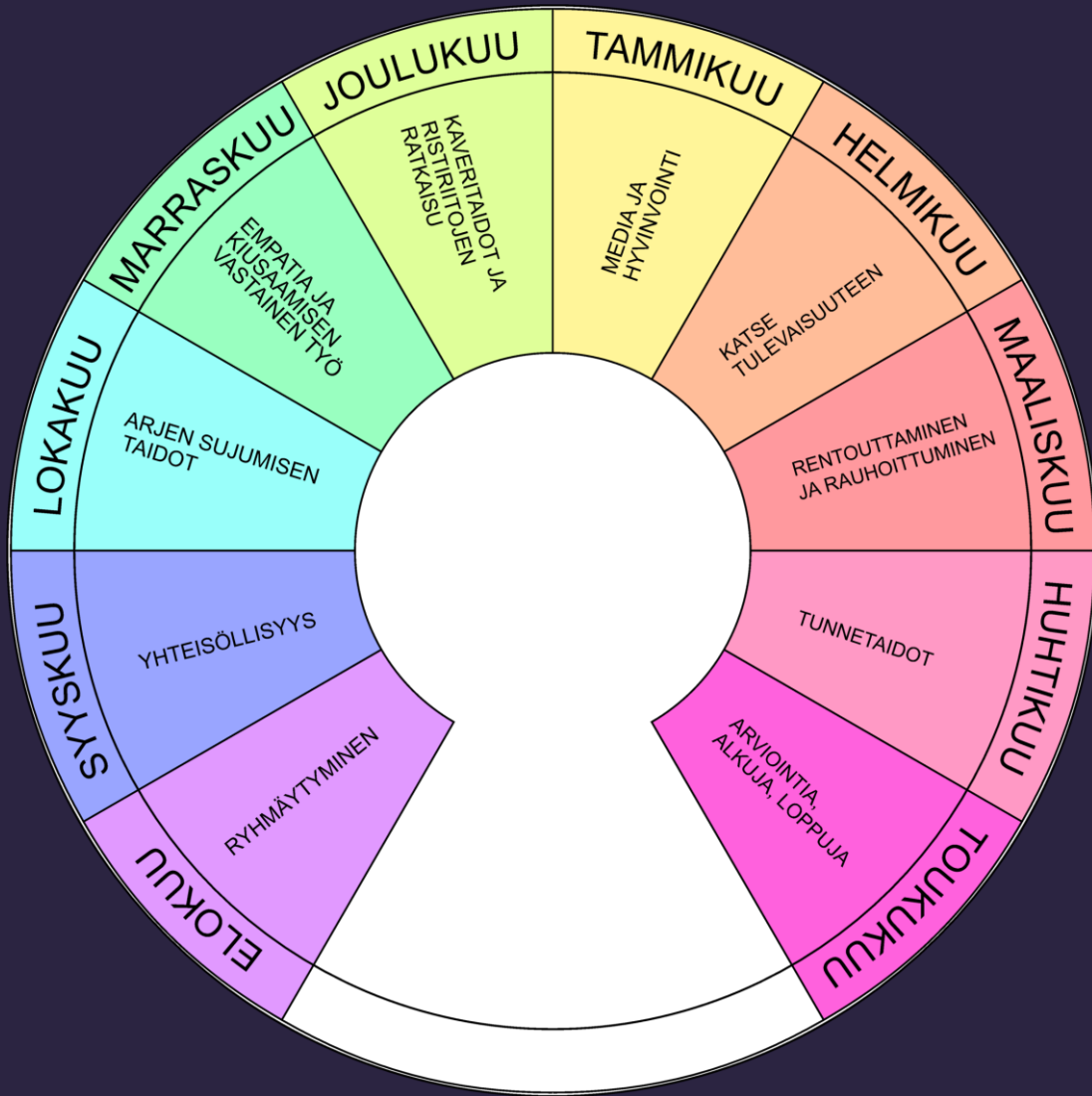


HYVINVOINNIN VUOSIKELLO PAIMION PERUSOPETUKSESSA



- kuukausittainen teeman käsittely luokissa etukäteen sovittuna päivänä
- opettajille valmista toiminnallista oppimateriaalia luokka-asteittain
- työ nivoutuu yhteen yhteisöllisen oppilashuoltotyöryhmän mallin kanssa





LINKIT:

- *Hyvinvoinnin vuosikello:*
[loader.aspx \(rovaniemi.fi\)](#)
- [hyvan mielen treenivihko.pdf](#)
- Yhteisöllisen
oppilashuoltotyöryhmän malli
peruskouluille (liite)



ELOKUU: RYHMÄYTYMINEN

- Hyvinvointitunnit koulun vuosisuunnitelmaan
- Hyvinvoinnin vuosikellon teemat ja materiaalit tutuiksi henkilökunnalle
- Ryhmäytymistunnit
- Ryhmäyttämistä tukevat työtavat käyttöön luokassa
- Koulussa olevien materiaalien kerääminen ja niistä tiedottaminen
- Koulun aloituksen juhlistaminen: koulurauhan julistus, aloitusjuhla tms.
- Koulukuraattorin ja -psykologin tutustuminen oppilaisiin: luokkakierrokset, jalkautuminen välitunneille tms.



SYYSKUU: YHTEISÖLLISYYS

- Minä yhteisön jäsenenä: oikeuksia, velvollisuuksia ja kaveritaitoja
- Osallisuuden, me-hengen ja turvallisuuden kokemuksia omassa yhteisössä
- Verso-toiminnan käynnistäminen ja esittely oppilaille
- Kummitoiminnan / Turvakaveritoiminnan käynnistäminen ja esittely oppilaille



LOKAKUU: ARJEN SUJUMISEN TAIDOT

- *Koulutyön ja vapaa-ajan tasapaino, uni ja ravinto*
- *Yhteistyö ruokahuollon kanssa: mallilautanen, lempiruokakysely, yhteistyöpalaveri tms.*
- *Stressin hallinnan keinoja*
- *Poissaolojen tarkastelu ja tarvittavat toimenpiteet*



MARRASKUU: EMPATIA JA KIUSAAMISEN VASTAINEN TYÖ

- *Empatiataitojen harjoittelu:
myötätunto ja itsetuntemus*
- *Kiusaamista ennaltaehkäisevä työ:
kiusaamiskysely oppilaille,
kiusaamisselvittelyjen määrän ja
laadun tutkailua, toimenpiteet
yhteisössä*
- *Hyvinvointikyselyn toteuttaminen*
- *Kouluterveyskyselyn tulosten
analysointi ja esittely henkilökunnalle*



JOULUKUU: KAVERITAITOT JA RISTIRIITOJEN RATKAISU

- *Ristiriitojen ratkaisu ja sovittelu*
- *Kaveritaitojen vahvistaminen:
vuorovaikutus, toisten huomioiminen,
hyvän huomaaminen, kaverin kehuminen*
- *Hyvinvointikyselyn tulosten analysointi ja
esittely henkilökunnalle*
- *Poissaolojen tarkastelu luokittain ja
mahdollisten toimenpiteiden suunnittelu*
- *Ajankohtaisten ilmiöiden tunnistaminen
liittyen hyvinvointiin*



TAMMIKUU: MEDIA JA HYVINVOINTI

- *Media ja hyvinvointi: turvataidot, ruutuaika, kunnioittava somekäytös*
- *Somen vaikutuksia-teemat: mielenterveys ja keskittymiskyky*
- *TVT-taitotasojen soveltuvat osat*
- *Yhteistyö kolmannen sektorin kanssa: luento, vanhempainilta tms. (Poliisi, MLL, Mieli ry, mediataitoviikko.fi)*
- *Teemapäivä: Ruuduton koulupäivä*



HELMIKUU: KATSE TULEVAISUUTEEN

- *Itsetuntemuksen vahvistaminen:
luottamus itseensä ja omaan
 pärjäämiseen, omat vahvuudet*
- *Tulevaisuuden minä: itselle tärkeät
asiat ja ihmiset, arvopohdinta,
unelmat, tulevaisuustaidot*
- *Poissaolot, laajennetut
vanhempainvartit, yhteisvalinnat*



MAALISKUU: RENTOUTTAMINEN JA RAUHOITTUMINEN

- *Rentoutuminen: kiireettömät hetket, ohjatut rentoutusharjoitukset, rauhoittumisen välitunnit*
- *Lukeminen: lukutunnit, lukuhetket, koko koulu lukee tms.*
- *Tasa-arvo- ja yhdenvertaisuusteemat työyhteisössä: oman koulun suunnitelman päivitys*
- *Laajennettu YHR: seksuaalinen häirintä; tilanne ja toimenpiteet*



HUHTIKUU: TUNNETAIDOT

- *Tunnetaidot: ihmisenä olemisen taidot, tunteiden tunnistaminen, hankalat tunteet, tunnesäätely*
- *Hyvän mielenterveyden teemat: luentoja, oppitunteja yhteistyökumppanien kanssa*



TOUKOKUU: ARVIOINTIA, ALKUJA JA LOPPUJA

- *Alkuja ja loppuja: muistelut ja kiitokset, positiivisen palautteen antaminen, luokkatovereille ja opettajille*
- *Uusien tutustuttamista: uudet koululaiset, uudet 7-luokkalaiset, uudet tukioppilaat...*
- *Arviointi: työn onnistumiset ja haasteet, painopisteet seuraavalle lukuvuodelle*