

Ehkäisevän päihdetyön opetusmateriaali

Toisen asteen oppilaitokset

Yle Triplet

Julkaisija: Yle

Ikäryhmä: yläkoulu, toinen aste

Kuvaus: Yle Triplet tarjoaa opettajille helppokäyttöisen palvelun käsitellä uutisten maailmaa opetuksessaan. Palvelu auttaa kytkemään ajankohtaiset asiat osaksi opetusta. Tripletin ydin on jokaiseen uutisvideoon tehty taustamateriaali ja tehtävät opettajien käyttöön.

Aiheet: päihteisiin liittyvät uutiset

Linkki: kokoelma päihteistä: <https://yle.triplet.io/collections/paihteet-bee4d1a1-bf4a-48e4-b9a5-227c11a3c028>, kokeile myös hakusanoja (esim. alkoholi, tupakka, doping)

Päihdeilmiö – opas oppitunnin vetäjälle

Julkaisija: EHYT

Ikäryhmä: toinen aste

Kuvaus: Oppaassa esitellään valmis oppituntimalli 75–90 minuutin mittaiselle päihdekasvatustunnille. Päihdeilmiö-oppitunnin tavoitteena on syventää opiskelijoiden päihteiden käyttöön liittyvää terveysosaamista ja saada heidät pohtimaan päihteiden käyttöä erityisesti sosiaalisesta, kulttuurisesta ja yhteiskunnallisesta näkökulmasta. Opas tarjoaa myös tukea päihdeaiheisten keskustelujen käymiseen nuorten kanssa.

Aiheet: historia, päihteet, alkoholi, raittiusliike, tupakointi, huumeet

Linkki: Opas: http://www.ehyt.fi/sites/default/files/Paihdeilmio_taitto_net.pdf

Prezi: <https://prezi.com/xuuyiyglghvn/ehyt-paihdeilmio-esitys/>

Hyvät ja huonot bileet

Julkaisija: EHYT

Ikäryhmä: toinen aste

Kuvaus: Hyvät ja huonot bileet-materiaali on tarkoitettu tueksi päihdeaiheisen oppitunnin, teemapäivän tai työpajan järjestämiseen toisen asteen oppilaitoksissa. Materiaalin tarkoituksena on saada opiskelijat pohtimaan sitä, mikä tekee bileistä hyvät ja mikä huonot.

Aiheet: bileet, alkoholi

Linkki: <http://www.ehyt.fi/sites/default/files/tiedostot/TYÖSKENTELYOHJE%20-%20Hyvät%20ja%20huonot%20bileet%202018.pdf>

Ole oman elämäsi tähti – opiskelijan opas elämäntaidoista

Julkaisija: Nyyti ry

Ikäryhmä: toinen aste ja korkeakouluopiskelijat

Kuvaus: Opas on tarkoitettu Nyytin elämäntaitokurssia käyville, mutta soveltuu myös arjen- ja elämänhallintataitojen itsenäiseen vahvistamiseen. Teemat: kohti itseni näköistä elämää, hyvän arjen perusta: ruokailu, uni ja liikkuminen, stressi, ajanhallinta ja rentoutuminen, ajatusten tunnistaminen ja niiden kanssa työskentely, tunteet, itsetuntemus ja itsetunto, sosiaaliset taidot ja ihmissuhteet, sekä ole oman elämäsi tähti. Sisältää tietoa ja tehtäviä.

Aiheet: elämänhallintataidot, sosiaaliset taidot

Linkki: <https://www.nyyti.fi/?s=Ole+oman+el%C3%A4m%C3%A4si+t%C3%A4hti+>

Puhutaan alkoholista

Julkaisija: Suomen Alkoholijuomakauppayhdistys ry (pohjautuu materiaaliin, jonka alun perin on kehittänyt ruotsalainen Sprit & Vinleverantörsföreningen)

Ikäryhmä: yläkoulu ja toinen aste

Kuvaus: Puhutaan alkoholista sisältää erilaisia harjoituksia ja tehtäviä, joita voi käyttää opetuksessa.

Aineisto on jaettu neljään tasoon, jotka huomioivat nuorten erilaiset elämäntilanteet ja alkoholinkäyttötottumukset.

Aiheet: alkoholi

Linkki: <http://www.puhutaanalkoholista.fi/>

Studeo (ent. Tabletkoulu)

Julkaisija: Studeo Oy

Ikäryhmä: lukio (lukion kurssit, myös ammatilliset oppilaitokset voivat käyttää harjoituksia)

Kuvaus: Studeon terveystiedon kurssien kirjoista löytyy useita harjoituksia ja tehtäviä, jossa aiheena päihteet (ja päihteisiin liittyviä ilmiöitä).

Aiheet: päihteet, riippuvuudet

Linkki: <https://studeo.fi> > kirjaudu > **TE1**; 1.3: Terveysteen vaikuttavat tekijät, 2: Terveysttä suojaavat ja vahvistavat tekijät, 3.1.5: Mielenterveyden häiriöt, 4: Riippuvuuden eri muodot. **TE2**: 3.1: Kulttuuri, 4.1: Mielenterveyden suoja- ja riskitekijät, 4.2: Stressi, 4.3: Kriisit, 4.4: Selviytymisen keinot, 6.2: Liikenneturvallisuus. **TE3**: 3.3 Nykyiset sote-palvelut ja tulevaisuuden näkymät, 5.1: Terveysten tutkiminen, 6: Terveystserot. **TE1-3** (kertaus); 3.3: Psyykkisen ja sosiaalisen hyvinvoinnin edistäminen, 3.7: Sairaudet ja niiden ehkäisy (riippuvuudet). Lisäksi mm. PS2, PS3, HI6.

Päihdekasvatuskortit

Julkaisija: Youth against drugs (YAD)

Ikäryhmä: yläkoulu ja toinen aste

Kuvaus: 30 euroa maksavat Väitteitä päihteistä, Mielikuvani päihteistä, Addiktiokortit ja Oma asia? -kortit ovat apuvälineitä päihdekasvatuksessa.

Aiheet: päihteet yleisesti

Linkki: <http://www.yad.fi/tuote/vaitteita-paihteista-kortit/>

Sex, drugs & ... muita tärkeitä asioita nuorille

Julkaisija: THL

Ikäryhmä: yläkoulu, toinen aste

Kuvaus: Tavoitteena on kysymyksillä lisätä nuorten tietoja päihteistä ja pelaamisesta sekä herätellä nuoria pohtimaan päihteiden käytön ja pelaamisen yhteyttä omaan terveyteen ja hyvinvointiin.

Aiheet: alkoholi, huumeet, tupakka ja niiden vaikutus terveyteen ja elämänhallintaan (seksi, lihominen, fyysinen aktiivisuus, riskinottaminen). Myös digi- ja rahapelaaminen.

Linkki: http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/110935/Sex_drugs_Verkko.pdf?sequence=1

Päihdelinkin tietovisat

Julkaisija: Päihdelinkki / A-klinikkasäätiö

Ikäryhmä: toinen aste

Kuvaus: Päihdelinkin viihteellisillä tietovisoilla voit testata tietosi päihteistä, alkoholista, kannabiksesta, lääkkeistä, pelaamisesta, netinkäytöstä ja nuuskasta.

Aiheet: useita

Linkki: <https://www.paihdelinkki.fi/fi/tietopankki/tietovisat>

Tositietoa -esitteet

Julkaisija: EHYT

Ikäryhmä: Yläkoulu ja toinen aste

Kuvaus: Tositietoa on faktaa päihteistä nuorille ja soveltuu tietoisuudeksi ja keskustelun välineeksi ammattikasvattajille.

Aiheet: alkoholi, kannabis, tupakka ja nuuska

Linkki: <http://www.ehyt.fi/fi/verkkokauppa?tid=333>

NikEdun materiaali

Julkaisija: Syöpäjärjestöt

Ikäryhmä: alakoulu, yläkoulu, toinen aste

Kuvaus: NikEdusta löytyy materiaalia opettajille ja muulle koulun henkilökunnalle, vanhemmille ja nuorisotyötä tekeville. Sivuston tarkoituksena on auttaa lasten ja nuorten kanssa työskenteleviä käsittelemään nikotiinituotteisiin liittyviä aiheita eri kehitysvaiheet huomioiden. Sivustolta löytyy muun muassa tehtäviä, tietopaketteja ja videoita.

Aiheet: tupakka, nuuska, sähkötupakka, vesipiippu

Linkki: <https://nikedu.fi/>

Päihteet ja aivot-animaatio

Julkaisija: Prevnet-verkosto / Jellinek-instituutti (Alankomaat)

Ikäryhmä: toinen aste, aikuiset

Kuvaus: Päihteet ja aivot -animaatio havainnollistaa, kuinka eri päihteet vaikuttavat aivojen välittäjäaineiden kautta käyttäjän tuntemuksiin ja toimintaan. Animaatio on tulossa suomeksi, tällä hetkellä animaatio löytyy englanniksi.

Aiheet: alkoholi, nikotiini, kannabis, kokaiini, heroini, ekstaasi, amfetamiini

Linkki: <https://drugsindehersenen.jellinek.nl/en/>

Kannabis-faktapaketti ja -koulutusmateriaali

Julkaisija: EHYT / Miten puhua kannabiksesta-hanke

Ikäryhmä: yläkoulu, toinen aste

Kuvaus: Sisältää koulutusmateriaalin, materiaalin vanhempainiltoihin, tehtäviä sekä faktapaketin.

Aiheet: kannabis

Linkki: <http://www.ehyt.fi/fi/opetusalan-ammattilaiset> > Kannabis-faktapaketti ja -koulutusmateriaali

Pienet illanistujaiset-lyhytelokuva (20 min)

Julkaisija: EHYT

Ikäryhmä: toinen aste

Kuvaus: Elokuvan on tarkoitus toimia keskustelun virittäjänä päihteistä ja niiden käyttöön liittyvistä tekijöistä. Materiaali sisältää kysymyksiä elokuvan tapahtumiin liittyen.

Aiheet: päihteet, alkoholi, kannabis, kotibileet, vanhempien alkoholismi, seksi, päihteettömyys

Linkki: <https://ehyt.fi/tuote/pienet-illanistujaiset-elokuva-ja-ohjeistus/>

Kuntodoping-opetusmateriaali

Julkaisija: Dopinglinkki (A-klinikkasäätiön tuottama)

Ikäryhmä: yläkoulu ja toinen aste

Kuvaus: Dopinglinkki on tuottanut kattavan Kuntodoping-opetusmateriaalin ja valmiit tuntisuunnitelmat yläkoulun ja toisen asteen terveystiedon opetukseen. Materiaalit ovat ladattavissa ilmaiseksi opetuskäyttöön tai itsenäiseen opiskeluun nettisivuilta. Materiaalipakettiin kuuluu myös tentti vastauksineen. Sivulla olevat videot täydentävät opetusmateriaalia.

Aiheet: doping, kuntodoping

Linkki: <https://dopinglinkki.fi/koulutus/opetusmateriaali>

EHYT:in keskusteludiat

Julkaisija: EHYT

Ikäryhmä: Yläkoulu ja toinen aste

Kuvaus: Materiaalit toimivat apuna päihdeteemaisiin oppitunteihin, sisältää keskusteludiat useista eri aiheista. Tukena opettajille suunnatut oppaat.

Aiheet: alkoholi, nikotiinituotteet, nuuska, sähkösavuke, kannabis, muut laittomat huumausaineet, medialukutaito, vanhempainiltamalli

Linkki: <https://goo.gl/PpgnB3> (syötä sähköpostiosoite, johon tulee myöhemmin palautekysely)

Päihdeilmiö-rastirata

Julkaisija: EHYT

Ikäryhmä: toinen aste

Kuvaus: Päihdeilmiö-rastirata sisältää neljä erilaista, päihteisiin, hyvinvointiin ja työkykyyn liittyvää rastipistettä, joita opiskelijat kiertävät ryhmissä. Yksi rasti kestää noin 15 minuuttia. Voit valita yhden tai useamman rasteista kiertopistetyöskentelyyn. Jos rastiradan toteuttaa tämän ohjeistuksen mukaisesti, on sen kesto 90 minuuttia.

Aiheet: nuuska, sähkösavuke, alkoholi, päihteet yleisesti, kannabis,

Linkki: tehtäväkortit: <https://ehyt.fi/tuote/paihdeilmio-rastirata/>

vastaukset: http://www.ehyt.fi/sites/default/files/Paihdeilmio-rastirata_tehtavienpurku.pdf, ohjeistus: http://www.ehyt.fi/sites/default/files/Paihdeilmio-rastirata_ohjeistus.pdf

Päihdeilmiö- ja rahapeli-ilmiö videot

Julkaisija: EHYT ja Tussitaikurit

Ikäryhmä: yläkoulu, toinen aste

Kuvaus: Päihdeilmiö-videoon (4 min) löytyy tueksi keskustelukysymykset. Videolla päihteisiin liittyviä kysymyksiä tutkitaan monelta kantilta ja pilke silmäkulmassa. Kysymykset ja tehtävät auttavat keskustelun alkuun ja ohjaavat pohtimaan ilmiötä monipuolisesti. Rahapeli-ilmiö -video (n. 3 min) voi auttaa löytämään uusia sävyjä ja avata keskustelua rahapeleistä.

Aiheet: päihteet yleisesti, rahapelit

Linkki: <https://ehyt.fi/tuote/rahapeli-ilmio-video/>

Ihmiseltä ihmiselle

Julkaisija: Opetushallitus

Ikäryhmä: eri harjoitteita lapsille, nuorille ja aikuisille

Kuvaus: Ihmiseltä ihmiselle -oppimateriaali ohjaa harjoittelemaan sosiaalisia taitoja. Niitä on nimetty 93, kuten asiointitaidot, hyvä kaveruus, häpeän tunteminen, häviämisen taito, itsehillintä, itsensä arvostaminen ja katsekontakti. Kustakin taidosta on ehdotettu keskustelun aiheita ja harjoituksia lapsille, nuorille ja aikuisille. Nuorten osuus julkaistaan ainoastaan verkossa ja rakenne noudattelee kirjaa eli sosiaaliset taidot löytyvät verkkosivuilta samoilla numeroilla kuin kirjastakin. On tarkoitus, että kuhunkin sosiaaliseen taitoon liittyvät tietolaatikat luetaan kirjasta.

Aiheet: sosiaaliset taidot

Linkki: Nuorten harjoitukset: <https://www.oph.fi/fi/oppimateriaali/manniskor-emellan-sociala-fardigheter/nuorten-harjoitukset>. Lasten ja aikuisten harjoitukset kirjassa.

Kirja: <https://verkkokauppa.oph.fi/sivu/tuote/ihmiselta-ihmiselle-sosiaaliset-taidot/2451375> (35,70 euroa)

Pelikasvattajan käsikirja

Julkaisija: Pelitaito-hanke / EHYT ja yhteistyökumppanit

Ikäryhmä: yläkoulu, toinen aste

Kuvaus: Käsikirja, jossa aiheena pelaaminen ja pelikasvatus. Käsikirja on kirjoitettu pelaajien, pelintekijöiden, pelikasvattajien, tutkijoiden ja pelihaittojen ehkäisemistyötä tekevien ihmisten yhteistyönä, pyrkien mahdollisimman neutraaliin, asialliseen ja opastavaan lopputulokseen. Lopusta löytyy erilaisia tehtäviä (Taso V).

Aiheet: pelaaminen

Linkki: http://www.pelitaito.fi/new/wp-content/uploads/2016/04/1_pelikasvattajankasikirja.pdf

Oiva

Julkaisija: Teknologian tutkimuskeskus VTT, Jyväskylän yliopisto, Suomen mielenterveysseura

Ikäryhmä: nuorista aikuisiin

Kuvaus: Oivan avulla voit lievittää stressiä, parantaa mielialaa ja löytää lisää mielekkyyttä elämään.

Oivan harjoitukset auttavat keskittymään, olemaan läsnä, tunnistamaan itselle tärkeitä asioita ja käsittelemään ikäviä ajatuksia ja tunteita.

Aiheet: tietoinen läsnäolo, havainnointi, hyväksyntä, arvot ja valinnat, kehon hyvinvointi

Linkki: <https://oivamieli.fi/>

Yeesi-lautapeli

Julkaisija: Nuorten mielenterveysseura - Yeesi

Ikäryhmä: 15-19 vuotiaat

Kuvaus: Pelin tarkoitus on tukea kaikkien nuorten mielen hyvinvointia vahvistamalla heidän elämäntaitoja ja sosiaalisia kykyjä. Pelikysymyksistä suuri osa on voimavarakeskeisiä, ja niiden myötä nuoret pääsevät pohtimaan omia vahvuuksia (taitoja, mielenkiinnon kohteita, myönteisiä persoonan ominaisuuksia, yms.) sekä näiden hyödyntämistä käytännössä.

Aiheet: mielenterveys, ihmissuhteet, oma juttu, voimat, maailma

Linkki: <https://www.dropbox.com/sh/2qq5k88sf2d8saa/AABdd1Jw5xzdNM28QNWbHmNa?dl=0>

Koti-ikävä -elokuva

Julkaisija: Elokuva: Making Movies Oy, oppimateriaali: Koulukino

Kuvaus: Oppimateriaali Koti-ikävä -elokuvaan. ”Koti-ikävä on 17-vuotiaan Samin selviytymistarina. Sami passitetaan psykiatriseen hoitoon; hän ei puhu eikä näytä tunteitaan. Sami ystävystyy Ruden kanssa, joka puolestaan ei halua sairaalasta pois. Hoitaja Taneli yrittää selvittää, mikä pojan on rikkonut.”. K15, kesto 85 min.

Aiheet: vanhempien ongelmien (mielenterveys, alkoholismi, avioero) vaikutus lapseen, selviytyminen, toivo, välittäminen

Linkki: http://www.koulukino.net/uploads/material/koti-ikava_25.6.08.pdf

Smart moves-tuntisuunnitelmat

Julkaisija: Smart moves-hanke, UKK-instituutti (ja mm. EHYT)

Kuvaus: Smart moves-materiaali sisältää valmiit PowerPoint diasarjat opetuksen avuksi.

Aiheet: päihitteet, mielen hyvinvointi ja sosiaalisuus, liikunta, ravinto, uni ja lepo, ergonomia

Linkki: <https://www.smartmoves.fi/opettaja-uni-lepo/#tuntisuunnitelma>

Tunteesta tunteeseen -kirja

Julkaisija: Opetushallitus

Kuvaus: Tunteesta tunteeseen - oppilaan harjoituskirjassa kuvataan 104 tunnetta. Piirroskuvassa esitetään tilanne ja kysymyksin herätetään keskustelu siitä, missä ja miten kukin tunne on arkielämästä tuttu.

Aiheet: tunnetaidot

Linkki: <https://verkkokauppa.oph.fi/sivu/tuote/tunteesta-tunteeseen-ihmismielen-tarinat-kivin-ja-sanoin/15740> (32 euroa)

<https://www.oph.fi/fi/oppimateriaali/tunteesta-tunteeseen>