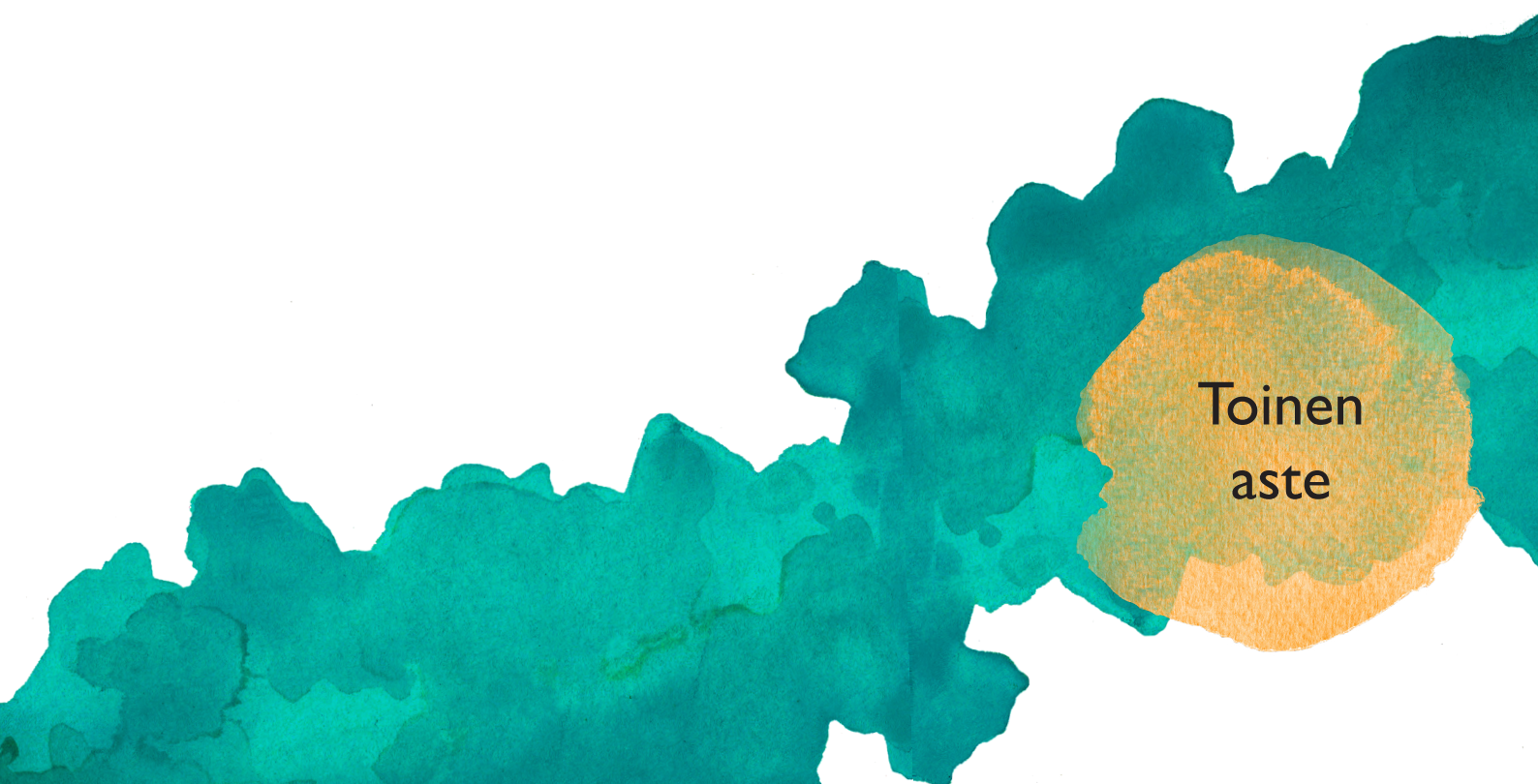




EHKÄISEVÄN PÄIHDETYÖN MALLI

Ehkäisevän päihdetyön vuosikello



Toinen
aste

Ohjeet

Ehkäisevän päihdetyön vuosikellon ajatuksena on, että kaikki Pohjanmaalla asuvat lapset ja nuoret saavat samankaltaisen ehkäisevän päihdeopetuksen koulussa, peruskoulun kolmannelta luokalta toisen asteen loppuun saakka. Vastuu vuosikellon toteuttamisesta tulee jakaa koko koulun henkilökunnalle niin, että jokainen toteuttaa jonkin osan vuosikellosta. Suosittelemme järjestämään suunnittelupalaverin, jossa jaatte vuosikellon osat henkilökunnan kesken, niin että kaikki opiskelijat saavat osallistua vuosikellon mukaiseen opetukseen. Koulun opiskelijahuoltoryhmällä voi esimerkiksi olla päävastuu työn koordinoimisesta.

Suositlemme seuraamaan koko vuosikelloa, jotta ehkäisevän työn vaikuttavuus toteutuu. Jos haluaa aloittaa kevyemmällä ohjelmalla, voi aloittaa teemakuukausien lokakuun ja maaliskuun materiaaleilla. Teema, jota käsitellään edellisen vuosiluokan kanssa keväällä, tulee seuraavalla vuosiluokalla syksyllä, esimerkiksi niin, että ensimmäisen vuoden keväällä käsitellään laittomia päihteitä, ja sama toistuu toisen vuoden syksyllä. Toistoa ja seuranta ehkäisevän päihdetyön opetuksessa tarvitaan, jotta työ olisi tehokasta. Vuosikellon kuukaudet sisältävät valmiit opetusmateriaalit koskien mm. päihdetietoa, elämänhallintataitoja, mielenterveyden edistämistä, jotka kaikki kuuluvat ehkäisevään päihdetyöhön.

Opetus vuosikellossa suositeltujen materiaalien mukaa kestää kymmenestä minuutista pariin oppituntiin. Materiaaleista voi myös ottaa osia, tai vaihtaa materiaalia, jos kokee että jokin muu materiaali sopii paremmin teemaan. Vinkkejä materiaalista voi myös lähettää osoitteeseen info@pepp.fi.

Materiaalien avulla voi myös suunnitella teemapäivän keväälle ja syksyille, mutta suosittelemme kuitenkin toteuttamaan opetuksen kuukausittain, sillä yksittäisten toimenpiteiden toteuttaminen ei ole osoittautunut tehokkaaksi tutkimusten mukaan.

Materiaalit

Maksulliset materiaalit ovat seuraavat

TOISEN ASTEEN MATERIAALIT

Tunteesta tunteeseen

<https://verkkokauppa.oph.fi/sivu/tuote/tunteesta-tunteeseen-ihmismielen-tarinat-kuin-ja-sanoin/15740>

Ihmiseltä ihmiselle

<https://verkkokauppa.oph.fi/sivu/tuote/ihmiselta-ihmiselle-sosiaaliset-aidot/2451375>

YAD päihdekasvatuskortit

<https://www.yad.fi/tuotekategoria/paihdekasvatuskortit>

Addiktiokortit - Mielikuvani päihteistä

Oma asia? - Väitteitä päihteistä

Elokuva: Nerve (2016)

<https://elisaviihde.fi/elokuvat/670/nerve#>

Elokuva: Mielen sopukoissa (2015)

<https://cdon.fi/elokuvat/disney-pixar-klassikko-15-inside-out-mielen-sopukoissa-fi-p34204847>

Muistakaa elokuvalisenssi, jos ostate elokuvia.

LEADER

Aktion
Österbotten YHYRES

LEADER



Europeiska jordbruksfonden för
landsbygdsutveckling: Europa
investerar i landsbygdsområden



Ehkäisevän päihdetyön vuosikello

Toisen asteen ensimmäinen vuosi			Keskustelkaa henkilökunnassa, kuka toteuttaa minkä osan.
Kuukausi	Teema	Materiaali	Linkki
Elokuu	Koulu alkaa: päihteet yleisesti	EHYT: keskusteludiat päihteistä.	https://q.surveypal.com/paih-dekasvatuksen_tueksi_ladattavat_materiaalit/0
Syyskuu	Itsetuntemus ja itsetunto	Oiva: tietoinen läsnäolo. Valitse yksi harjoitus (Etusivu > Harjoitukset > Tietoinen läsnäolo)	https://oivamieli.fi/
Lokakuu	Laittomat päihteet: kannabis	EHYT: keskusteludiat kannabiksesta, syventävä.	https://q.surveypal.com/paih-dekasvatuksen_tueksi_ladattavat_materiaalit/0
Marraskuu	Tunnetaidot	Tunteesta tunteeseen - valitse muutama ryhmällesi sopiva harjoitus	https://verkkokauppa.oph.fi/sivu/tuote/tunteesta-tunteeseen-ihmismielen-tarinat-kuvin-ja-sanojin/15740
Joulukuu	Sosiaaliset taidot	Ihmiseltä ihmiselle - valitse muutama ryhmällesi sopiva harjoitus (nuoret tai aikuiset)	https://verkkokauppa.oph.fi/sivu/tuote/ihmiselta-ihmiselle-sosiaaliset-aidot/2451375
Tammikuu	Media ja hyvinvointi	Tehkää ryhmän kanssa haaste tai kilpailu siitä, kuka voi olla piisimpään ilman sosiaalista mediaa, internetiä tai kuka käyttää vähiten ruutuaikaa kuukauden aikana.	Sopikaa omat säännöt ja keskustelkaa haasteen loputtua, miten haaste vaikutti omaan hyvinvointiin. Hakemalla "screen time" puhelimen sovelluskaupasta löydät sovelluksia, jotka mittaavat ruutuaikaa.
Helmikuu	Päihteet yleisesti	Keskustelu YAD:in Addiktiokorttien avulla.	http://www.yad.fi/tuote/addiktiokortit/
Maaliskuu	Muut laittomat päihteet	EHYT: keskusteludiat laittomista päihteistä	https://q.surveypal.com/paih-dekasvatuksen_tueksi_ladattavat_materiaalit/0
Huhtikuu	Mielen hyvinvoinnin edistäminen	Oiva: tietoinen läsnäolo. Valitse yksi harjoitus (Etusivu > Harjoitukset > Tietoinen läsnäolo)	https://oivamieli.fi/
Toukokuu	Koulunpäättäjaiset ja kesä	Pienet illanistujaiset -lyhytelokuva ja tehtävät,	https://ehyt.fi/tuote/pienet-illanistujaiset-elokuva-ja-ohjeistus/



Ehkäisevän päihdetyön vuosikello

Toisen asteen toinen vuosi			Keskustelkaa henkilökunnassa, kuka toteuttaa minkä osan.
Kuukausi	Teema	Materiaali	Linkki
Elokuu	Koulu alkaa: päihteet yleisesti	Yle Triplet: "Alkoholittomat juomat käyvät kaupaksi entistä paremmin" uutinen ja tehtävät	https://yle.triplet.io/uutiset/alkoholittomat-juomat-kayvat-kaupaksi-entista-paremmiin
Syyskuu	Itsetuntemus ja itsetunto	Oiva: havainnointi. Valitse yksi harjoitus (Etusivu > Harjoitukset > Havainnointi)	https://oivamieli.fi/
Lokakuu	Muut laittomat päihteet	Keskustelu YAD:in Mielikuvani päihteistä -korttien avulla.	http://www.yad.fi/tuote/mielikuva-ni-paihteista-kortit/
Marraskuu	Tunnetaidot	Tunteesta tunteeseen - valitse muutama ryhmällesi sopiva harjoitus	https://verkkokauppa.oph.fi/sivu/tuote/tunteesta-tunteeseen-ihmismielen-tarinat-kuvin-ja-sanojin/15740
Joulukuu	Sosiaaliset taidot	Ihmiseltä ihmiselle - valitse muutama ryhmällesi sopiva harjoitus (nuoret tai aikuiset)	https://verkkokauppa.oph.fi/sivu/tuote/ihmiselta-ihmiselle-sosiaaliset-aidot/2451375
Tammikuu	Media ja hyvinvointi	Yle Triplet: "Ole valppaana netissä - tätä kaikkea voit kohdata" uutinen ja tehtävät	https://yle.triplet.io/articles/ole-valppaana-netissa-tata-kaikkea-voit-kohdata
Helmikuu	Päihteet yleisesti	Päihdeilmiö -rastirata. Opettajan opas: http://www.ehyt.fi/sites/default/files/Paihdeilmio-rastirata_ohjeistus.pdf	https://ehyt.fi/tuote/paihdeilmio-rastirata/
Maaliskuu	Tulevaisuus	Toivomani tulevaisuus -tehtävälehti	http://www.avosto.net/a-ura/harjoitus/peavy/peavy11.pdf
Huhtikuu	Mielen hyvinvoinnin edistäminen	Oiva: havainnointi. Valitse yksi harjoitus (Etusivu > Harjoitukset > Havainnointi)	https://oivamieli.fi/
Toukokuu	Koulunpäättäjäiset ja kesä	Elokuva: Nerve (2016)	http://www.koulukino.fi/nerve



Ehkäisevän päihdetyön vuosikello

Toisen asteen kolmas vuosi			Keskustelkaa henkilökunnassa, kuka toteuttaa minkä osan.
Kuukausi	Teema	Materiaali	Linkki
Elokuu	Koulu alkaa: päihteet yleisesti	Keskustelu YAD:in Oma asia? -korttien avulla.	http://www.yad.fi/tuote/oma-asia-kortit/
Syyskuu	Itsetuntemus ja itsetunto	Oiva: hyväksyntä. Valitse yksi harjoitus (Etusivu > Harjoitukset > Hyväksyntä)	https://oivamieli.fi/
Lokakuu	Tulevaisuus	Voimavarat käyttöön: valitse muutama ryhmällesi sopiva harjoitus sopivasta osiosta (itseluottamus, optimismi, sinnikkyys tai toiveikkuus).	https://sites.uta.fi/voimavaratkayttoon/
Marraskuu	Tunnetaidot	Tunteesta tunteeseen - valitse muutama ryhmällesi sopiva harjoitus	https://verkkokauppa.opi.fi/sivu/tuote/tunteesta-tunteeseen-ihmismielen-tarinat-kuvien-ja-sanojen/15740
Joulukuu	Sosiaaliset taidot	Ihmiseltä ihmiselle - valitse muutama ryhmällesi sopiva harjoitus (nuoret tai aikuiset)	https://verkkokauppa.opi.fi/sivu/tuote/ihmiselta-ihmiselle-sosiaaliset-aidot/2451375
Tammikuu	Media ja hyvinvointi	Luekaa artikkeli "Media ja lasten hyvinvointi" ja vastatkaa kysymyksiin.	www.bit.ly/mediajalapset
Helmikuu	Päihteet yleisesti	Keskustelu YAD:in Väitteitä päihhteistä -korttien avulla.	http://www.yad.fi/tuote/vaitteita-paihteista-kortit/
Maaliskuu	Tulevaisuus	Voimavarat käyttöön: valitse muutama ryhmällesi sopiva harjoitus sopivasta osiosta.	https://sites.uta.fi/voimavaratkayttoon/
Huhtikuu	Mielen hyvinvoinnin edistäminen	Oiva: hyväksyntä. Valitse yksi harjoitus (Etusivu > Harjoitukset > Hyväksyntä)	https://oivamieli.fi/
Toukokuu	Koulunpäättäjäiset ja kesä	Elokuva: Mielen sopukoissa (Inside out, 2015). Opettajan materiaali >	http://www.koulukino.fi/inside-out-mielen-sopukoissa

