



Seitsemännellä luokalla terveydenhoitaja tekee **terveystarkastuksen**, johon vanhemmat kutsutaan mukaan. Oppilas saa etukäteen terveystarkastuslomakkeen kotona täytettäväksi. Tarkastuksesta kirjallinen yhteenveto vanhemmille.

Terveystarkastuksessa kiinnitetään huomiota erityisesti murrosiän kehityksen etenemiseen, oppilaan koulumotivaatioon, sosiaalisiin suhteisiin, terveystottumuksiin ja ammatinvalintaan liittyviin terveydellisiin tekijöihin.

Terveystarkastuksen sisältö:

- Keskustelu oppilaan kanssa.
- Terveystilan arviointi: pituus ja paino, näkö ja väriaisti, ryhti, verenpaine, hemoglobiini (tarvittaessa) ja rokotusohjelman mukaiset rokotukset.

Jatko-opintoihin ja ammatinvalintaan liittyen tehdään yhteistyötä oppilaanohjauksen kanssa.



- Oppilas kutsutaan hammaslääkärille.
- Tarvittaessa kontrollikäynnit ja käynnit ehkäisevässä hoidossa.
- Opetetaan hammaslangan käyttöä.

7-luokkalaisten ajatus: Mitä hyvinvointi on ?

"Että on terve ja on kavereita. Ettei ole murheita."



Kouluterveydenhuolto



Vanhempainillat



Suun terveydenhuolto

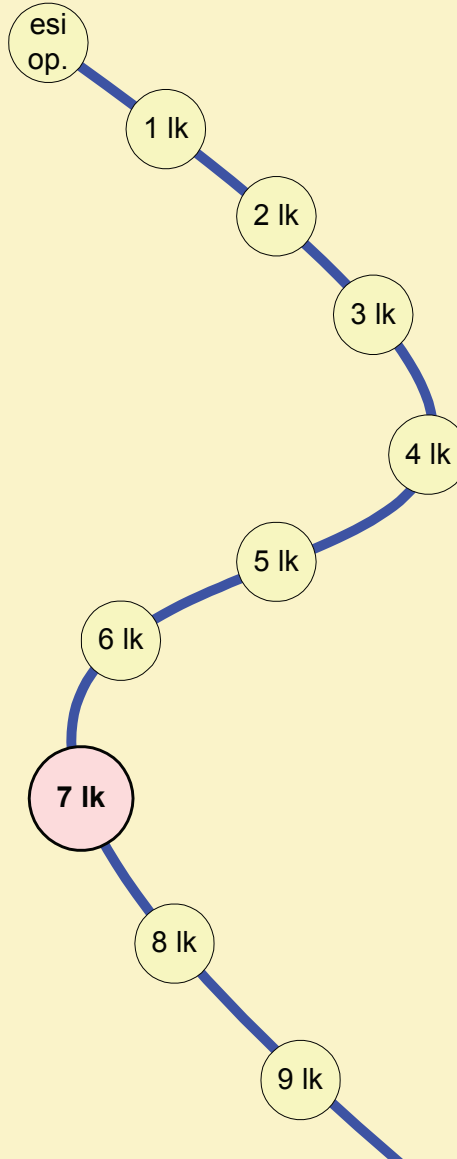


Muu toiminta



Terveystieto

Terveydestään huolehtiva, itsestään ja muista vastuuta ottava nuori



Seitsemännellä luokalla terveystieto alkaa omiana oppinaineena. Käsitellään mm. seuraavia asioita:

- Terveystieteen merkitys.
- Omien elintapojen vaikutus terveyteen.
- Uunien merkitys.
- Ravintosuositukset, ateriarytmi, energiatarve.
- Liikunnan vaikutukset terveyteen.
- Kasvu ja kehitys, oman yksilöllisen kasvun ymmärtäminen.
- Murrosiän muutokset, kehittyvä seksuaalisuus, kriittisyys seksuaaliasioissa.
- Ihastuminen, rakastuminen.
- Itsetunto, tunteiden ilmaiseminen, viestintä.
- Koulukiusaaminen.
- Henkilökohtainen puhtaus.
- Tupakka, tietoisuus huumeista.
- Polkupyöräilijän ja jalankulkijan liikennesäännöt ja turvallisuussäännöt.



- Yläkoulu tutuksi.
- Yläkoululainen - lapsi vai nuori.
- Rajat - rakkautta ja turvallisuutta.
- Ehkäisevä näkökulma päihteiden käyttöön.



- Oppilaille järjestetään ehkäisevän päihdetyön päivä.
- 7-luokkalaisten ryhmäytymispäivä.
- Teemapäivät.