



NAVIGOIDAAN KOTITALOUS- OPETUKSEN DIGITAALISISSA HAASTEISSA

NAVI-HED PROJEKTIN JULKAISU



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



Hyvä kotitalousopettaja,

Tässä julkaisussa kuvataan 17 erilaista oppimistehtävää, joita voit soveltaa kotitaloustunneillasi. Nämä tehtävät on kehitetty Erasmus+ ohjelmassa: *KA226 strategic collaboration project Navigating Through Digital Challenges in Home Economics Education* (2021–2023). NAVI-HED projekti toteutettiin yhteistyössä Norjan, Ruotsin, Suomen ja Viron kanssa. Mukana projektissa oli kotitalousopettajien kouluttajia ja kouluissa toimivia kotitalousopettajia. Alkuperäiset ideat tehtäviin saatiin neljän maan kouluissa toimivilta kotitalousopettajilta. Ideoita muokattiin tämän jälkeen sekä kansainvälisen että kansallisen ryhmän kanssa. Tämä prosessi paransi tehtävien sovellettavuutta kunkin maan kotitalousopetukseen.

Julkaisu avaa uusia mahdollisuuksia käyttää digitaalisia välineitä kotitalousopetuksessa pedagogisesti tarkoituksenmukaisella tavalla, suunnitella opetuskertojen sisältöjä vastaamaan kotitalousopetuksen ajankohtaisia tarpeita ja edistää oppimistavoitteiden saavuttamista, joko digitaalisessa oppimisympäristössä tai luokkahuoneessa. Projektin nimi *'Navigating through digital challenges'* viittaa siihen, että on monia erilaisia tapoja käyttää digitaalisia välineitä viisaasti. Olennaista on etsiä, navigoida ja löytää keinoja, joiden avulla nämä välineet täydentävät ja tukevat oppilaiden oppimista, eivätkä ole pelkästään 'kivaa tunnin täytettä'. Jokainen koulu, opettaja ja oppilas on erilainen, joten mielikuva navigoimisesta tarkoittaa myös sitä, että on mahdotonta tarjota ideoita, jotka sopisivat suoraan kaikille. Sinun pitää itse navigoida. Tehtävät on pyritty kuvaamaan niin, että voit soveltaa niitä Suomen opetussuunnitelman ja koulukohtaisen opetussuunnitelmasi mukaisesti. Tärkeää on, että tehtävät edistävät oppilaiden oppimista.

Julkaisun tehtävät on jäsennetty keittokirjan muotoon. Tämän avulla julkaisun rakennetta ja tehtävien logiikkaa on helppo hahmottaa.

- **Alkupalat:** tehtävien tarkoitus on herättää kiinnostusta ja 'ruokahalua' uutta opiskeltavaa asiaa kohtaan tai koota aiemmalla opetuskerralla opittuja käsitteitä. Näitä nopeita ja lyhyitä tehtäviä voi käyttää opetuskerran aloittamiseen, mutta myös siirtymiseen yhdestä opiskeltavasta asiakokonaisuudesta toiseen. Niitä voi myös käyttää tunnin lopetukseen ('exit ticket'), jolloin ajatuksena on koota tunnilla opitun asian ydin tiiviiseen muotoon. Opettajalle nämä tehtävät antavat tietoa oppilaiden aiemmin oppiman tai kyseisellä opetuskerralla opitun tiedon tasosta ja määrästä.
- **Pääruoat:** nämä tehtävät ovat hieman isompia ja 'täyttävämpiä' ja ne voidaan tehdä yhden opetuskerran aikana tai jakaa aihepiiriä useammalle opetuskerralle. Tehtävää voidaan jatkaa seuraavalla kerralla tai käyttää seuraavaa kertaa aiemmin opitun reflektointiin yhdessä. Nämä tehtävät sisältävät usein itsenäisiä osuuksia, joita oppilaat voivat tehdä joko yksin tai ryhmässä.
- **Jälkiruoat:** näissä tehtävissä on jotain hauskaa, jotain yllättävää, jotain mukavaa, jolla voidaan koota yhteen myös laajempi opiskeltava kokonaisuus. Nämä tehtävät soveltuvat myös käytettäväksi opetuskertojen lopussa, jolloin ne auttavat kokoamaan opitun asian keskeisiä kohtia. Näiden tehtävien avulla opettaja voi syventää ymmärrystään siitä, kuinka hyvin oppilaat ovat saavuttaneet opetuskerran tavoitteet, mikä palvelee myös oppilaan arviointia.

Luotamme siihen, että taitavana kotitalousopettajana luet tätä julkaisua samalla tavalla kuin keittokirjaa: saat tästä hyviä ideoita, näet heti mitä 'raaka-aineita' pitää muuttaa, jotta tehtävä parhaiten sopii juuri Sinun opetukseesi ja oppilaillesi. Tehtävät on kuvattu siten, että aluksi kuvataan lyhyesti tehtävän ydinajatus, tavoitteet ja toteutus opettajan näkökulmasta. Sen

jälkeen kuvataan, mitä oppilaan on tarkoitus tehdä ja miten. Haluamme myös muistuttaa palautteen antamisen ja yhteisen reflektion tärkeydestä. Riippumatta siitä, onko reflektiota erityisesti korostettu tehtävänannossa, on tärkeää keskustella sisällöstä ja toteutuksesta oppilaiden kanssa, antaa heidän kertoa mielipiteitään ja kehittämissuunnitelmiaan ja ennen kaikkea, antaa heidän arvioida omaa oppimistaan (myös pareittain tai pienryhmässä).

Viittaamme tässä julkaisussa erilaisiin tietotekniisiin ympäristöihin, ohjelmiin ja laitteisiin käsitteellä 'digitaaliset välineet'. Annamme esimerkkejä digitaalisista välineistä, mutta ne voidaan korvata muilla vastaavaan käyttöön tarkoitetuilla välineillä, joita luokassasi tai oppilailla on käytössä.

Tehtävät edistävät oppilaiden tiedon rakentamista, yhdessä työskentelyn ja kommunikoinnin taitoja, kehittävät kriittisen ajattelun taitoja ja auttavat yhdistämään tietoja yli oppiainerajojen. Kuten keittokirjoissa, jotkut ruokalajit sopivat hyvin yhteen. Tässä julkaisussa annamme myös ideoita, mitkä muut kouluaineet voisivat tarjota luontevia yhteistyömalleja tehtävän aihepiiristä.

Tämä julkaisu on saatavilla viidellä kielellä: englanniksi, norjaksi, ruotsiksi, suomeksi ja viroksi. Käännösprosessin aikana olemme muokanneet alkuperäisiä ideoita ja englanninkielistä käännöstä vastaamaan kansallisen opetussuunnitelman sisältöä ja käsitteitä.

Toivomme, että tätä julkaisua käytettäisiin laajalti kotitalousopettajien ideapankkina ja myös inspiraationa oppiainerajat ylittävään yhteistyöhön. Rohkaisemme Sinua soveltamaan esitettyjä tehtäviä, muuttamalla tehtävän vaikeusastetta, tehtävään käytettävää aikaa, jotta tehtävät parhaiten soveltuisivat juuri Sinun oppilaillesi.

Toivotamme Sinulle inspiroivia kotitaloustunteja!

Maaliskuu, 2023

NAVI-HED projektin ydintiimi:

Anne Malin, Helsingin yliopisto
Cecilie Beinert, Agderin yliopisto
Gun Åbacka, Agderin yliopisto
Hanne Andersen Dversnes, Agderin yliopisto
Hille Janhonen-Abuquah, Helsingin yliopisto
Jaana Taar, Tallinnan yliopisto
Janni Haapaniemi, Helsingin yliopisto
Jenny Rendahl, Göteborgin yliopisto
Kristi Koppel, Tallinnan yliopisto
Malin Rödin, Göteborgin yliopisto
Mona Linge Omholt, Agderin yliopisto
Päivi Palojoki, Helsingin yliopisto
Sara McGarvie, Göteborgin yliopisto
Tiina Vânt, Tallinnan yliopisto

Kouluissa toimivat kotitalousopettajat:

Norja: Anniken Hagstadius, Monica Slyngenberg Jensen, Thea Bekken
Ruotsi: Alexandra Hullberg, Kristina Simander Fogelberg, Malin Rödin
Suomi: Janni Haapaniemi, Liisa Lavonen, Silpa Maria Pöntinen
Viro: Inga Veskimägi, Kristiin Sidok, Tiina Sillar

Julkaisun kuvat on ottanut Eemil Syväjärvi.

Kun viittaat tähän materiaaliin, käytä seuraavaa viitettä:

Taar, J., Andersen Dversnes, H., Haapaniemi, J., Janhonen-Abruquah, H., Koppel, K., McGarvie, S., Palojoki, P., Rendahl, J., Rödin, M., Vânt, T. & Åbacka, G. (2023). Navigoidaan kotitalousopetuksen digitaalisissa haasteissa. Erasmus+ KA226 strategisen yhteistyöprojektin julkaisu. Helsinki: (n.p.).

Tämän julkaisun tuottaminen ei olisi ollut mahdollista ilman Erasmus+ ohjelman tukea. Olemme kiitollisia Euroopan Unionin antamasta tuesta.



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Julkaisussa käytetyt symbolit

Jotta pystyt käyttämään eri tehtäviä mahdollisimman monipuolisesti, tutustu käyttämiimme symboleihin:

1. **Opittavat taidot** voivat olla eri tehtävissä kognitiivisia, käytännöllisiä tai yhteistyötaitoja kehittäviä. Tai niiden erilaisia yhdistelmiä:



kognitiiviset taidot - oppilaat opiskelevat aktiivisesti uusia käsitteitä, tekevät kysymyksiä, rakentavat ja jäsentävät olemassa olevaa tietoaan tai arvioivat esimerkiksi internetissä olevan tiedon luotettavuutta;



käytännölliset taidot - oppilaat tekevät käytännön tehtäviä, esimerkiksi tavanomaisia kotitöitä tai valmistavat ruokaa;



sosiaaliset taidot - oppilaat tekevät haastatteluja, työskentelevät ryhmätehtävissä tai keskustelevat annetusta aiheesta.

2. **Tarvittavat välineet** voivat eri tehtävissä olla:



Kannettava tietokone - tämä symboli on yleinen merkintä eri välineille ja laitteille, joiden avulla oppilaat voivat käyttää internetiä koulutehtävien tekemiseen: esimerkiksi tietokone, tablettitietokone tai puhelin;



Kamera - tämä symboli viittaa siihen, että tehtävässä otetaan valokuvia, joita voidaan jakaa opettajan ja/tai toisten oppilaiden kanssa. Välineet voivat olla erilaisia: kamera, tablettitietokone tai älypuhelin;



Videokamera - tämä symboli kertoo, että tehtävässä tehdään ja tallennetaan videoita. Oppilaat voivat käyttää myös omia puhelimiaan tai kameroitaan. Tavanomaisen älypuhelimien laatu riittää tehtävän tekemiseen;



Ääni - tämä symboli kertoo, että tehtävässä tallennetaan ääntä, kuten esimerkiksi haastatteluja. Monet laitteet soveltuvat tähän: nauhuri, tablettitietokone tai älypuhelin.

3. **Tarvittava aika** osoitetaan kellon symbolilla:



Arvio tarvittavasta ajasta, jonka opettaja käyttää oppilaiden ohjaamiseen. Oppilaan omaan itsenäiseen työskentelyyn kuluva aika ei ole arvioitu erikseen.

4. **Tehtävän vaikeusaste** osoitetaan tähden symboleilla:



Perustaso, ei edellytä aiempia tietoja;



Keskivaikea, aiempaa tietoa on hyvä olla;



Edistynyt taso, sopii hyvin perusopetuksen ylemmille luokille, jolloin oppilailla on jo aiempaa tietoa asiasta.

Huomioitavaa

Navigaatiomielikuvan mukaisesti reitillä voi olla kivikoita tai kovia virtauksia, joita Sinun pitää opettajana välttää. Virtuaalisessa ympäristössä toimiminen ja digitaaliset välineet tuovat uusia haasteita ja kysymyksiä, joita pitää miettiä huolellisesti. Tärkeää on keskustella hyvistä eettisistä käytännöistä oppilaiden kanssa. Seuraavaksi kuvaamme muutamia tärkeitä asioita, jotka on hyvä pitää mielessä, kun suunnittelet ja toteutat etäopetusta digitaalisten välineiden avulla:

- Huomioi netiketti. Netikettisäännöt koskevat sitä, millä tavoin kommunikoit internetissä ja miten saat käyttää sieltä löytyviä aineistoja. Kaikkien pitää noudattaa eettisiä pelisääntöjä, eikä esimerkiksi ladata verkkoon tai omalle koneelle eettisesti arveluttavaa sisältöä, kuten kuvia sisaruksista tai huoltajista ilman heidän lupaansa.
- Jos tehtävässä edellytetään videokuvaamista tai valokuvien ottamista oppilaiden kotona, on tärkeää, että annat selkeät ohjeet, miten tämä tehdään kunnioittaen kotien yksityisyyttä.
- Jos tehtävässä edellytetään ruoanvalmistustehtävien tekemistä kotona, ohjaa oppilaita huomioimaan terveyteen ja turvallisuuteen liittyvät asiat, varsinkin jos oppilas työskentelee yksin, ilman aikuisen valvontaa. Huomaa, että oppilaat eivät aina saa lupaa tai voi valmistaa ruokaa kotona. Kodit ovat erilaisia sen mukaan millaisia työvälineitä on käytettävissä ja millaisia raaka-aineita on saatavilla.
- Mieti etukäteen, miten ruudun takana (kotona) tai ääressä (luokassa) olevia oppilaita voi aktivoida? Verkossa toimiessa huomio hajaantuu helposti muualle. Ohjaa oppilaita keskittymään tehtävään, eikä esimerkiksi siirtymään pelisivuille tai lukemaan sosiaalista mediaa.
- Lopeta etäopetustunti rauhallisesti ja yhdessä oppilaiden kanssa. Julkaisussa kuvattuja opetuskerran päättäviä tehtäviä (exit ticket) voi käyttää tiivistämään tunnin tavoitteena ollut opittava ydinajatus. Etäopetuskerran lopussa voi myös käyttää chat-kommentteja. Niitä voi tallentaa videoneuvottelukerran omaan chattiin (esim. MS Teams), jolloin seuraava opetuskerta voi alkaa palaamalla näihin kommentteihin.
- Tämän julkaisun tehtävät on erityisesti suunniteltu etäopetukseen, mutta ne sopivat hyvin myös luokkatilanteisiin tai hybridiopetukseen. Tehtäviä voi myös käyttää peräkkäin tai niitä voi muutoin vapaasti yhdistellä erilaisiksi kokonaisuuksiksi.
- Tässä julkaisussa emme jaa linkkejä internetin materiaaleihin, sillä niiden linkit muuttuvat ajan kuluessa. Sen sijaan annamme vinkkejä, millainen internetistä löytyvä materiaali parhaiten soveltuu tehtävään.

Lisätietoa

Hille Janhonen-Abuquah ym., (2021) kuvaa seuraavassa, miten kotitalousopetuksen moniulotteinen oppimisympäristö rakentuu virtuaalisen ja reaali maailman erilaisissa tiloissa ja eri välineiden avulla. Oppimisen tiloja voi suunnitella samanaikaisiksi (synchronous), jolloin oppijat ja opettaja ovat läsnä samaan aikaan samassa tilassa. Tämä tila voi olla joko reaali maailman tila tai yhteinen tila syntyy virtuaalisesti. Eri aikaisessa oppimistilassa (asynchronous) oppijat ja opettaja työskentelevät omaan tahtiin ja heille parhaiten sopivana ajankohtana (Kuvio 1).

	ERIAIKAINEN	SAMANAIKAINEN
Reaali maailman ympäristö	YKSITYINEN TILA: koti JULKISET TILAT: kirjasto, museot, kaupat tai näyttelyt, itsepalvelupesula, erilaiset avoimet työskentelytilat	FORMAALIN KOULUN TILAT: kotitalousluokka, luokahuoneet, luentosalit, ryhmätyöskentelytilat KOULUN ULKOPUOLISET YMPÄRISTÖT: yhteiset vierailut eri kohteisiin esim. yritykset, näyttelyt, kauppakeskukset, metsä, tori
Virtuaalinen oppimis-ympäristö	OPPIMISKOKONAISUUDET E-OPPIMISYMPÄRISTÖISSÄ: TEAMS, Google classroom, Moodle, tallenteet, Podcastit	SUORATOISTOT: Zoom, TEAMS suoratoistetut videoluennot, chat-keskustelut, Breakout huoneet

Kuvio 1. Erilaisia kotitalouden oppimisen ja opettamisen tiloja ja esimerkkejä niissä käytettävistä välineistä (alkuperäislähde: Janhonen-Abuquah, H., Malin, A., Soljanto, H. & Vivitsou, M. 25.-26.11.2021. *Multiple modality of creating home economics learning spaces*. Konferenssiesitys. Kasvatustieteen päivät).

Kotitalous on toiminnallinen ja vuorovaikutteinen oppiaine, jossa kädentaitojen oppiminen korostuu (Janhonen-Abuquah ym., 2021). Juuri tämä on haasteellista virtuaalisissa opetustilanteissa. Kuvion avulla voidaan pohtia, miten ja millaisten välineiden avulla kotitalousopetusta voi suunnitella ja samalla luoda moniaistisia, toiminnallisia tehtäviä, joiden avulla oppilaat saavuttavat opetussuunnitelman tavoitteet.

Tehtävän nimi				Sivu
1. Aktivoi ajattelua videon avulla - Kriittiseksi kuluttajaksi kasvaminen	✓			8
2. Ota kuva - Ruokapyramidin sisällön hahmottaminen	✓		✓	10
3. Anna neuvoja - Ruokaan liittyvien hygieniaohjeiden tarkasteleminen	✓	✓		12
4. Opi järkevää rahankäyttöä - Viikon ruokamenojen suunnitteleminen	✓	✓		14
5. Kuvita tarina - Tutki tuotteen reittiä	✓	✓		16
6. Tee kuvakooste - Kerää tietoa pakkausmerkinnöistä	✓	✓		18
7. Haastattele ja reflektoi - Kuluttajatottumuksissa tapahtuneiden muutosten ymmärtäminen	✓			20
8. Tee haastattelu - Opi kestävästä ruokavalinnoista	✓	✓		22
9. Tutki paikallisia ruokalajeja - Opi lisää paikallisista ruokaperinteistä	✓	✓		24
10. Työskentele asiantuntijaryhmässä - Opi lisää tasapainoisesta ruokavaliosta	✓	✓		26
11. Tee miellekartta - Jäsennä tietoa ruoka-allergioista ja intoleransseista	✓			28
12. Tee haastattelu - Tutki kotien ruokaperinteiden vaihtelua	✓	✓		30
13. Tavalliset kotitalouustyöt - Keskustele yhdenvertaisuudesta	✓			32
14. Analysoi sosiaalisen median sisältöjä - Huomaa kotitalousnäkökulma	✓	✓		34
15. Pelaa bingoa - Tee kotona käytännön tehtäviä	✓		✓	36
16. Harjoittele reflektointia - Analysoi kotitöitä	✓			38
17. Ravitsemustietovisa - Arvioi oppimiasi ravitsemusasioita	✓			40

1. Aktivoi ajattelua videon avulla - Kriittiseksi kuluttajaksi kasvaminen



🕒 10 -15 min



Sisältö

Oppilaat katsovat lyhyen videon, esimerkiksi mainoksen, ja videon katsomisen aikana tai heti sen jälkeen vastaavat opettajan ennalta laatimiin kysymyksiin.

Tavoite

Oppilaiden ajatukset suunnataan oppitunnin aiheeseen, esimerkiksi kriittiseksi kuluttajaksi kasvamiseen.

Pedagoginen kuvaus

Tehtävä motivoi oppilaita uuden aihealueen oppimisen johdattamalla heidät aiheeseen kiinnostavalla tavalla, herättämällä kiinnostuksen ja hyödyntämällä oppilaan aiempaa tietoa kriittisenä kuluttajana olemisesta.

Valmistelut (Opettajan tehtävät)

1. Valitse lyhyt video, joka sopii oppitunnin aiheeseen ja tavoitteeseen, esim. mainos tuotteesta, joka on oppilaille tuttu.
2. Käytä videon muokkaussovellusta (esimerkiksi EdPuzzle) lisätäksesi videoon kysymyksiä oppilaille. Kriittiseksi kuluttajaksi kasvamiseen liittyen voit kysyä esimerkiksi:
 - Hetki videon alkamisen jälkeen: Tunnistatko, mitä videossa mainostetaan? Miksi?
 - Videon keskivaiheilla: Mitä tunteita mainos herättää, miksi?
 - Videon loppuksi: Millaisia odotuksia mainos tuotteesta herätti, miksi? Ovatko odotukset realistisia, miksi? Jos tunnet jonkun, jolla on kyseinen tuote, onko se täyttänyt siihen liitetyt odotukset, miksi?
3. Jaa oppilaat työskentelyryhmiin. Ohjaa ryhmissä käytävää keskustelua.
4. Tehtävän päätteeksi pohtikaa yhdessä vastauksien mahdollista eriytymistä: miksi joihinkin kysymyksiin oli vaikeampi vastata, onko johonkin kysymykseen mahdollisesti useampi oikea vastaus jne.

Oppilaan tehtävät

1. Katso opettajan valitsema video.
2. Vastaa opettajan antamiin kysymyksiin yksin tai pareittain. Hyödynnä aiempia tietojasi kriittisenä kuluttajana toimisesta.
3. Osallistu yhteiseen keskusteluun.

Muokkaa ja tee yhdessä

- Tehtävää voi käyttää oppitunnin alussa apuna edellisen oppitunnin oppimistavoitteiden saavuttamisen reflektointiin.
- Tehtävää voi käyttää oppitunnin lopussa tiivistämään keskeiset sisällöt kahden tai kolmen kysymyksen avulla.
- Haastavampi muunnos: Oppilaat tekevät videon tai annettuun videoon liittyvät kysymykset itse opettajan antamasta aiheesta. Tällöin tehtävän voi toteuttaa 3-4 oppilaan ryhmissä.

Yhteistyö muiden oppiaineiden kanssa

- Historia ja maantiede: ruokakulttuuriin liittyvät videot.
- Käsityö: pikamuotikulttuuriin liittyvät videot.
- Vieraat kielet: videon ymmärtäminen vieraalla kielellä.
- Äidinkieli/draama: kuluttajakäyttäytymiseen vaikuttavien keinojen esitleminen itse tehtyjen lyhyiden videoiden tai lyhyiden esitysten avulla.

TARKKANA TÄSSÄ!

Katso video ensin rauhassa itse. Videot voivat sisältää ei-toivottua sisältöä, johtaa väärinymmärryksiin tai siirtää oppilaan huomion oppitunnin kannalta epäolennaisiin asioihin.

TARKKANA TÄSSÄ!

Valitse video ja kysymykset siten, että oppilaat voivat osallistua tehtävään riippumatta siitä, onko oppitunnin aihe heille entuudestaan tuttu.

2. Ota kuva - Ruokapyramidin sisällön hahmottaminen



🕒 10 min + itsenäistä työskentelyä



Sisältö

Oppilaat merkitsevät ruokapyramidin rajat ja lokerot esimerkiksi keittiön työpöydälle ja järjestävät esimerkiksi kotoa löytyviä ruoka-aineita tekemäänsä ruokapyramidiin. Tehdystä pyramidista otetaan kuva, jota analysoidaan opettajan kysymysten mukaisesti.

Tavoite

Oppilaat tarkastelevat ja jäsentävät kansallisen ruokasuosituksen mukaista ruokavaliota.

Pedagoginen kuvaus

Tehtävä auttaa oppilaita konkretisoimaan ruokapyramidin ja arjen ruokavaliintojen yhteyttä. Yhteys havainnollistetaan tavanomaisten kotoa löytyvien ruoka-aineiden avulla.

Valmistelut (opettajan tehtävät)

1. Tee lista asioista, joita oppilaat tarvitsevat ruokapyramidin tekemiseen (teippiä, elintarvikkeita/elintarvikepakkauksia).
2. Tee ja jaa sähköinen kuva ruokapyramidista, jossa on vain ruoka-aineryhmien nimet (ei kuvia ruoista).
3. Valitse sähköinen alusta (esim. Google Classroom), jonne oppilaat voivat ladata kuvan tekemästään ruokapyramidista ja siihen liittyvän analyysin.
4. Tee kysymykset analyysia varten, esim. Miksi ruokasuosituksen muotona käytetään pyramidia? Millaisia ruoka-aineita on pyramidin alalokerossa, keskellä ja huipulla? Miksi ruoka-aineryhmät on järjestetty tällä tavoin?
5. Päätä tehtävä kysymällä oppilailta, millaisia valintoja heidän pitäisi tehdä, jotta heidän ruokavaliionsa olisi hyvinvointia edistävä.

Oppilaan tehtävät:

1. Teippaa ruokapyramidin rajat ja lokerot keittiön pöydälle tai piirrä ne paperille.
2. Asettele kotoa löytyviä ruoka-aineita oikeille paikoilleen ruokapyramidiin. Voit käyttää myös ruokien kuvia.
3. Ota kuva tekemästasi pyramidista.

4. Pohdi ruokapyramidia opettajan antamien kysymysten avulla.
5. Tallenna pyramidi ja vastauksesi kysymyksiin opettajan antamien ohjeiden mukaan.

Muokkaa ja tee yhdessä

- Tehtävä voidaan suorittaa kuvaamalla lopputuloksesta lyhyt video, jossa oppilas kertoo pyramidista ja vastaa opettajan antamiin kysymyksiin.
- Oppilaat voivat piirtää pyramidin muodon paperille tai tehdä sen vaikkapa narusta. Oikeiden ruoka-aineiden tilalla voi käyttää kuvia tai piirtää ruoka-aineet itse paperille.
- Edistyneempien oppilaiden kanssa tehtävän voi tehdä käyttämällä ruoka-aineiden tilalla ravintoaineita. Oppilaat etsivät erilaisia ruoka-aineita kotoa ja sijoittavat ne paikalleen niiden ravintoainesisällön perusteella. Osa ruoka-aineista voi tällöin olla useassa lokerossa. Lopuksi oppilaat analysoivat ja arvioivat lopputulosta.
- Helpotetussa toteutuksessa oppilaat voivat työskennellä ryhmässä käyttäen digitaalista työskentelyalustaa (esim. Jamboard, Mural). Oppilaat tarkastelevat mitä jääkaapista löytyy ja lisäävät kuvan ruoasta tai ruokaa kuvaavan hymiön oikealle paikalleen pyramidiin.

Yhteistyö muiden oppiaineiden kanssa

- Maantiede: keskustele oppilaiden kanssa mistä ruoka-aineet ovat peräisin. Mitä ruokapyramidin ruoka-aineita tuotetaan kotimaassa? Olemmeko ruoka-aineiden suhteen omavaraisia?

TARKKANA TÄSSÄ!

Muistuta oppilaita hygieniasta - älä ota ruoka-aineita pois pakkauksista ja palauta kylmätuotteen nopeasti takaisin jääkaappiin.

TARKKANA TÄSSÄ!

Jotkut saattavat kokea tehtävän haastavana johtuen esimerkiksi erilaisista ruoista, joita kotona on, tai ruoan vähyydestä. Anna heti aluksi vaihtoehtoja ruokien esittämiseksi.

3. Anna neuvoja - Ruokaan liittyvien hygieniaohteiden tarkasteleminen



🕒 15 min + itsenäistä työskentelyä + 15 min



Sisältö

Oppilaat katsovat lyhyen videon, jolla valmistetaan ruokaa huomioimatta hygieniasioita asianmukaisesti. Tehtävänä on huomata videolla esiintyvät virheet ja antaa perustellut ehdotukset siitä, miten pitää toimia toisin ja miksi.

Tavoite

Oppilaat pohtivat ruokaan liittyvän hygienian tärkeyttä.

Pedagoginen kuvaus

Tehtävässä liitetään uutta tietoa ruoan hygieniasta oppilaiden aiempaan tietoon, harjoitellaan kriittistä ajattelua sekä ryhmässä toimimista.

Valmistelut (opettajan tehtävät)

1. Katso video ja listaa videolla näkyvät virheet.
2. Jaa oppilaat työskentelyryhmiin.
3. Jaa videon linkki oppilaille ja ohjaa heidät katsomaan video, etsimään siitä keittiöhygieniaan liittyviä virheitä ja miettimään oikeat toimintatavat. Ohjaa ryhmissä käytävää keskustelua.
4. Kerää ryhmät yhteen ja pyydä heitä kertomaan tuloksistaan. Johda keskustelua ja huolehdi, että kaikki pääsevät osallistumaan keskusteluun. Kerää oppilaiden huomiota esimerkiksi digitaaliselle valkotalulle (esimerkiksi Jamboard tai Mural). Tarkista, että kaikki asiat tulevat huomioiduksi: vertaa oppilaiden havaintoja omaan listaasi.
5. Keskustele oppilaiden kanssa, miksi hygieniasta huolehtiminen keittiössä on tärkeää. Miten videolla näkyvät virheet voisi korjata? Varmista, että kaikki virheelliset toimintatavat tulevat korjattua ja oppilas tietää, miten tulisi toimia oikein.
6. Tehtävän päätteeksi pyydä oppilaita äänestämään tärkeintä keittiöhygieniata parantavaa toimintatapaa. Oppilaat voivat merkitä valintansa digitaalisella valkotalulla liittämällä siihen tähden tai kirjoittamalla valintansa chat-kenttään.

Oppilaan tehtävät

1. Katso video työryhmäsi kanssa. Pysäytä video katselun aikana tarvittaessa.
2. Tunnista ja listaa videolla tehdyt keittiöhygieniaan liittyvät virheet ryhmäsi kanssa.
3. Keskustele työryhmäsi kanssa, miten tilanteessa olisi pitänyt toimia.
4. Jaa ryhmäsi tulokset koko ryhmälle.

Muokkaa ja tee yhdessä

- Oppilaat voivat työskennellä yksi, kun tehtävänä on tunnistaa videolla tehdyt virheet. Tällöin keskustelu virheiden korjaamisesta voidaan käydä koko ryhmän kesken.
- Samanlaista videota hyödyntävää analyysia voidaan käyttää ruoanvalmistukseen, pyykin lajitteluun jne liittyen.
- Oppilaat voivat tehdä samantyyppisiä lyhyitä videoita (virhe ja sen korjaaminen) pienissä ryhmissä. Esimerkiksi, miten pestä kädet huolellisesti. Oppilaiden tekemiä videoita voi hyödyntää seuraavan vuoden opetuksessa. Muista silloin pyytää oppilailta lupa.

Yhteistyö muiden oppiaineiden kanssa

- Vieraat kielet: käytä vieraskielisiä videoita.
- Tietotekniikka: lyhyiden videoiden tekeminen yhteistyössä tai kriittisen media-analyysin ja medialukutaidon harjoittelu.

TARKKANA TÄSSÄ!

Varmista, että oppilailla on etukäteisymmärrystä ruokaan liittyvästä hygieniasta. Jos videon sisältö on oppilaille vieras, he voivat lukea ennen opetuskertaa aiheeseen liittyvää materiaalia - se auttaa heitä löytämään videolta korjattavia toimintatapoja.

SUOSITELTU VIDEO

Etsi Jamie Oliver (2010) 'What not to do in the kitchen/helat and safety - Jamie Oliver's Home Cooking Skills'.

4. Opi järkevää rahankäyttöä - Viikon ruokamenojen suunnitleminen



🕒 10 min + itsenäistä työskentelyä + 10 min



Sisältö	Oppilaat auttavat kuvitteellista henkilö suunnittelemaan viikon ruokamenot.
Tavoite	Oppilaat ymmärtävät arjen ruokamenoihin liittyviä tekijöitä suunnittelemalla viikon ruokabudjetin.
Pedagoginen kuvaus	Oppilaat oppivat ymmärtämään kodin ruokamenoihin ja ruokaan liittyvien resurssien hallintaa. Kognitiivisia taitoja kehitetään suunnittelemalla järkevä ruokabudjetti ja tutkimalla fiksuja ruokavaihtoehtoja. Kriittisen ajattelun taitoja ja lähdekritiikkiä harjoitellaan tiedonhaun yhteydessä.
Valmistelut (opettajan tehtävät)	<ol style="list-style-type: none">1. Luo kuvaukset kuvitteellisista ihmisistä, joilla on erilaiset työt, tulot ja elämäntilanteet.2. Luo esim. taulukko budjetin pohjaksi, lisää tiedostoon tehtävänanto sekä tehtävän tekemistä ohjaavia kysymyksiä. Valitse vaikeustaso oppilaiden osaamisen mukaan.3. Tee luettelo linkeistä, joita oppilaat voivat tarvita tehtävässä.4. Jaa oppilaat 2-3 oppilaan työskentelyryhmiin. Ohjaa ryhmissä käytävää keskustelua.5. Anna jokaiselle ryhmälle palautetta tehtävästä ennen oppitunnin loppua.6. Tehtävän päätteeksi (exit ticket) pyydä oppilaita vastaamaan seuraaviin kysymyksiin: Mitä taitoja sinulla oli ruokamenojen suunnittelusta ennen tätä oppituntia? Mitä uusia taitoja oppitunnilla opit? Jäikö jokin asia mietityttämään joko tehtävään tai ruokamenojen suunnitteluun liittyen?
Oppilaan tehtävät	<ol style="list-style-type: none">1. Auta kuvitteellista henkilöä (valitse opettajan antamista vaihtoehtoja) suunnittelemaan viikon järkevä ruokabudjetti yhdessä työryhmäsi kanssa.

2. Anna neuvoja, 1) miten ruokamenoissa voisi säästää, 2) voiko jonkin ruoan korvata edullisemmalla tai jättää kokonaan pois ja 3) miten ruokahävikkiä voi vähentää viikon aikana suunnittelemalla järkevästi?
3. Oppitunnin lopussa ryhmä keskustelee opettajan kanssa tehtävästä ja saa siitä palautetta.

Muokkaa ja tee yhdessä

- Jos oppilaat ovat vasta-alkajia, viikon ruokamenot voi olla annettu valmiiksi. Tällöin oppilaiden tulee laskea riittävätkö tulot ruokamenojen kattamiseksi. Jos oppilailla on jo perustaidot hallussa, he voivat tehdä ruokabudjetin kuvitteelliselle henkilölle ja pohtia lisätehtäviä tekemäänsä budjettiin liittyen, esimerkiksi terveellisyyden tai helppouden tavoittelun tai erityisruokavalion vaikutusta ruokamenoihin.
- Huomioi, että oppilaat, joilla on haasteita matemaattisten taitojen kanssa, saattavat tarvita tehtävään avustajan.
- Kutsu oppitunnille vieraaksi talousasioiden asiantuntija esimerkiksi pankista.
- Toteuta tehtävä nauhoitteena (podcast) tai näytelmänä kirjallisen tehtävän sijaan. Näytelmän aiheena voi olla 'asiantuntijan' ja 'ruokamenojen suunnittelussa apua tarvitsevan henkilön' tapaaminen.
- Varioi tehtävään liittyvien kuvitteellisten henkilöiden ikää ja elämäntilannetta.
- Oppilaat voivat luoda myös oman kuvitteellisen henkilön.

Yhteistyö muiden oppiaineiden kanssa

- Äidinkieli: tarinankerronnan tai podcastin luomisen harjoittelua.
- Matematiikka: kotien ruokamenoihin liittyvien tehtävien laskeminen, diagrammien ja kuvioiden ymmärtäminen.
- Yhteiskuntaoppi: yksityisen ja valtiontalouden yhteyksien ymmärtäminen (verotus, tulonsiirrot), talouden hallintaan liittyvien taitojen käsittely.

TARKKANA TÄSSÄ!

Tehtävässä ei tule käsitellä oppilaiden omaa/perheiden taloudellista tilannetta.

TARKKANA TÄSSÄ!

Anna oppilaille riittävästi aikaa etsiä tietoa ruokamenojen suunnittelemiseksi. Jos aikaa on niukasti, helpota tehtävää riittävästi.

TIEDONLÄHTEITÄ

Etsi oppilaille linkkejä kuluttajakasvatukseen liittyviltä sivustoilta, esim. Kuluttajakilpailuvirasto (KKV). Etsi nettisivustoja tai sovelluksia, joissa valmistettavien ruokien annoshinnat tai raaka-aineiden hinnat on annettu, esim. kauppaketjujen ruokaohjeet.

5. Kuvita tarina - Tutki tuotteen reittiä



🕒 10 min + itsenäistä työskentelyä + 30 min



- Sisältö** Oppilaat työskentelevät ryhmissä ja etsivät tietoa sekä kuvittavat tarinan tuotteen reitistä tuotannosta kuluttajalle.
- Tavoite** Oppilaat ymmärtävät miten arkiset tuotteet (esimerkiksi ruoka, vaatteet) tuotetaan. Tehtävässä keskitytään yhteen tai useampaan näkökulmaan, kuten terveys-, ympäristö- tai talousvaikutus.
- Pedagoginen kuvaus** Tehtävässä oppilaat analysoivat tuotteen reittiä tuotannosta kuluttajalle sekä harjoittelevat kriittisen ajattelun taitoja. Oppilaat harjoittelevat vuorovaikutus- ja yhteistyötaitoja sekä luovuutta suunnitteleamalla yhdessä muille näytettävän tuotteen tarinan.
- Valmistelut (opettajan tehtävät)**
1. Valitse tehtävässä tuotettavan tarinan (storyboard, sarjakuva) teema (terveys-, ympäristö- tai talousvaikutus tai muu opettajan valitsema teema) ja siihen sopiva tuoteryhmä (esimerkiksi ruoka, vaatteet, elektroniikka).
 2. Näytä oppilaille esimerkki valmiista kuvakäsikirjoituksesta.
 3. Näytä oppilaille tyhjä kuvakäsikirjoitus pohja, johon tarina suunnitellaan ja kerro kuinka tarinan voi jakaa osiin.
 4. Anna oppilaille esimerkkejä tai vaihtoehtoja tuotteista, joita oppilaat voivat kuvakäsikirjoituksissaan käyttää esittääkseen tuotteen reitin tuotannosta kuluttajalle.
 5. Jaa oppilaat työskentelyryhmiin. Ohjaa ryhmissä työskentelyä.
 6. Pyydä oppilaita esittämään tekemänsä kuvakäsikirjoitus ja antamaan palautetta muille ryhmille. Anna palautetta oppilaille myös itse.
 7. Tehtävän päätteeksi (exit ticket) pyydä oppilaita arvioimaan mitä he oppivat tehtävästä, esimerkiksi kuvakäsikirjoituksen tekemisestä tai tarinoissa olleista tuotteista.
- Oppilaan tehtävät**
1. Päätä ryhmäsi kanssa tuote, josta käsikirjoitus tehdään.

2. Suunnittele tarina tuotteen reitistä tuotannosta kuluttajalle sekä mistä näkökulmasta tarina kerrotaan.
3. Suunnittele tarinasta käsikirjoitus (6-8 kuvaa).
4. Tee kuvakäsikirjoitus, jossa on 6-8 kuvaa.
5. Suunnittele ääni-käsikirjoitus, esimerkiksi mitä tuotteet sanovat.
6. Näytä kuvakäsikirjoitus muille ryhmille, muut ryhmät antavat palautetta katsotuista kuvakäsikirjoituksista.

Muokkaa ja tee yhdessä

- Tehtävässä voidaan keskittyä monenlaisiin teemoihin, kuten tuotteen maantieteellinen alkuperä, tuottajien työolot, kestävä kehitys, reilu kauppa tai muu vastaava, riippuen oppitunnin sisällöstä ja ryhmästä.
- Tehtävä voidaan toteuttaa animoituna videona (esimerkiksi stop-motion -videona).
- Voit hyödyntää tehtävätyyppejä myös muunlaisissa tehtävissä:
 - esittele ruokalajin valmistusprosessin osa, esimerkiksi animaatio sushin rullaamisesta.
 - kerro, miten itse istutettu herne kasvaa tai leipä homehtuu ottamalla kuva joka päivä yhden tai kahden viikon ajan.
- Tämä tehtävä voidaan yhdistää tehtävään numero kuusi.

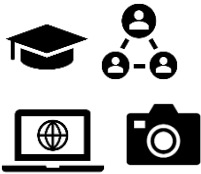
Yhteistyö muiden oppiaineiden kanssa

- Äidinkieli: käsikirjoituksen tekemisen harjoittelu.
- Kuvaamataito: animaation tekemisen harjoittelu.

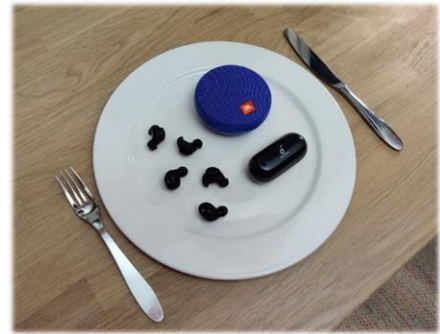
TIEDONLÄHTEITÄ

Etsi lyhyt opetusvideo stop-motion-videon tekemisestä Youtubesta halusanoilla '01 First Steps - Stop Motion Studio Tutorial'

6. Tee kuvakooste - Kerää tietoa pakkausmerkinnöistä



🕒 10 min + itsenäistä työskentelyä + 20 min



Sisältö

Oppilaat ottavat kuvan viidestä kodista löytyvästä tavallisesta tuotteesta. Oppilaat keskusteleval ja analysoivat ryhmissä, millaista tietoa eri tuotteiden (ruoka, pesuaineet) pakkausmerkinnöissä kerrotaan ja miksi annetut tiedot vaihtelevat tuoteryhmittäin, esimerkiksi parasta ennen päiväys, ravintosisältö, tuotteiden pitoisuudet (kuten sokeripitoisuus), ympäristöystävällisyys. Oppilaat ryhmittelevät pakkaukset ja tekevät niistä kuvakoosteen.

Tavoite

Oppilaat ymmärtävät millaista tietoa arkipäivän tuotteiden pakkauksissa annetaan ja kehittävät taitojaan kuluttaja-asioissa vertailemalla erilaisissa arkisissa pakkauksissa olevia pakkausmerkintöjä ja niissä olevia symboleita, esimerkiksi varoitusmerkkejä, ruoanvalmistukseen liittyvää tietoa, ravintosisältöä ja niin edelleen.

Pedagoginen kuvaus

Oppilaat kehittävät kognitiivisia taitojaan sekä harjoittelevat kriittistä ajattelua ja vuorovaikutusta ryhmässä

Valmistelut (opettajan tehtävät)

1. Tutustu erilaisten arkisten tuotteiden pakkausmerkintöihin (ruoka, pesuaineet). Näytä oppilaille muutamia esimerkkejä ja kerro, mitä oppilaat tehtävässä ryhmissä tekevät.
2. Kerro oppilaille, miten tuotteita on tarkoitus analysoida, esimerkiksi kuidun määrä leivässä ja miksi se vaihtelee; erilaiset rasvat ruoassa ja millaisia rasvoja ne ovat; erilainen säilyvyysaika eri tuotteilla ja miksi se vaihtelee; erilaisten symbolien merkitykset ruoissa tai pesuaineissa.
3. Kerro ja havainnollista, miten kuvakooste-ohjelmaa käytetään (esimerkiksi Fotor, Piccolage).
4. Jaa oppilaat työskentelyryhmiin. Ohjaa ryhmissä käytävää keskustelua.
5. Palauta oppilaat takaisin isoon ryhmään, jossa kuvakoosteet esitellään ja niistä keskustellaan.
6. Oppitunnin lopussa anna oppilaille palautetta heidän kuvakoosteestaan ja johdattele keskustelu yhteenvetoon

siitä, millaisia tietoja arkisten tuotteiden pakkausmerkinnät sisältävät.

7. Tehtävän päätteeksi (exit ticket) pyydä oppilaita vastaamaan kysymykseen, esimerkiksi millaista tietoa on energiajuomapakkauksessa ja missä tilanteissa tällä tiedolla on merkitystä?

Oppilaan tehtävät

1. Ota kuva viidestä kotoa löytyvän ruoka- tai siivoustuotteen pakkausmerkinnöistä.
2. Analysoi ryhmän tuotteiden pakkausmerkinnät.
3. Tee ryhmässä kuvakollaasi, johon tuotteet kategorisoidaan. Käytä apuna esimerkiksi opettajan suosittamaa kuvakollaasi-ohjelmaa.
4. Esittele ryhmän kuvakollaasi muille oppilaille. Kommentoi ja keskustele muiden ryhmien kuvakollaaseista.
 - Oppilaat voivat tehdä lyhyen videon kotoa löytyvien tuotteiden pakkausmerkinnöistä.
 - Tehtävää voidaan käyttää oppitunnin aiheeseen johdattavana aloitustehtävänä.

Muokkaa ja tee yhdessä

Yhteistyö muiden oppiaineiden kanssa

- Kemia: varoitusmerkkien ja pH-asteikon opetteleminen tai kertaaminen pesu- ja puhdistusaineiden pakkausmerkintöjen käsittelyn yhteydessä.

7. Haastattele ja reflektoi - Kulutustottumuksissa tapahtuneiden muutosten ymmärtäminen



🕒 10 min + itsenäistä työskentelyä + 30 min



Sisältö

Oppilaat haastattelevat isovanhempansa hänen nuoruuden aikaisia kulutustottumuksistaan ja tämän jälkeen vertaavat vastauksia tämän päivän kulutustottumuksiin. Oppilaat refleктоivat tapahtuneita muutoksia sekä niiden taustalla mahdollisesti vaikuttavia syitä.

Tavoite

Haastattelu kehittää oppilaiden sosiaalisia taitoja sekä lisää heidän ymmärrystään kulutustottumusten muutoksista. Muutosten reflektointi ohjaa oppilaita arvioimaan kriittisesti myös omia kulutustottumuksiaan.

Pedagoginen kuvaus

Haastattelun tekeminen kehittää oppilaan vuorovaikutustaitoja. Haastattelun reflektointi kehittää oppilaan taitoa tulkita tapahtuneita muutoksia.

Valmistelut (opettajan tehtävät)

1. Luo haastattelukysymykset ja jaa ne oppilaille digitaalisessa muodossa. Valitse kysymykset siten, että osa kysymyksistä on kuvailevia ja osa on perustelevia, esimerkiksi: 'Listaa kolme sinulle tärkeintä tavaraa', 'Miksi nämä tavarat olivat sinulle tärkeitä?'
2. Anna oppilaille ohjeet haastattelun tekemiseen: haastateltavan ikä (esimerkiksi yli 60 vuotta), haastattelun kesto ja kysymysten esittäminen. Anna myös ohjeeksi kirjoittaa haastattelusta lyhyt yhteenveto, jossa oppilas pohtii havaitsemiaan kulutustottumusten välisiä eroja haastateltavan ja nykypäivän kulutustottumusten välillä.
3. Itsenäisen haastattelujen tekemisen ja reflektoinnin jälkeen, jaa oppilaat työskentelyryhmiin, jossa he keskustelevat tekemistään haastatteluista ja huomioistaan kulutustottumusten muutoksissa. Ohjaa ja aktivoi ryhmissä käytävää keskustelua kysymyksillä, esimerkiksi: Millaisia muutoksia kulutuskäyttäytymisessä huomasit? Mitkä asiat ovat johtaneet tai vaikuttaneet näihin muutoksiin?

4. Tehtävän lopuksi pyydä ryhmiä tekemään lyhyt suullinen esitys heidän havaitsemistaan keskeisistä kulutuskäyttäytymisen muutoksista ja niiden mahdollisista syistä.

Oppilaan tehtävät

1. Haastattele isovanhempaa tai muuta iäkkäämpää henkilöä. Nauhoita haastattelu (pyydä lupa!) tai tee haastattelusta muistiinpanot. Haastattelu voidaan toteuttaa yksin tai pareittain.
2. Reflektoi saamiasi haastatteluvastauksia ja kirjoita lyhyt yhteenveto, miten kulutustottumukset ovat nykypäivänä muuttuneet verrattuna haastatteluvastauksiin.
3. Vertailkaa kirjoittamianne yhteenvetoja työskentelyryhmissä ja pohtikaa mahdollisia syitä kulutustottumusten muutoksiin.
4. Tehkää ryhmänne kanssa lyhyt suullinen esitys keskustelun aikana tekemistänne keskeisistä huomioista. Pitäkää esitys muulle luokalle.

Muokkaa ja tee yhdessä

- Tee haastattelukysymykset yhdessä oppilaiden kanssa esimerkiksi jaetussa tekstitiedostossa (esimerkiksi MS Teams-tiedosto). Oppilaat voivat ensin pohtia kysymyksiä pienryhmissä. Lopulliset kysymykset päätetään koko ryhmän kesken.
- Tulosten yleisempää ja visuaalista tarkastelua varten, oppilaat voivat listata vastaustensa avainsanat ja luoda niistä sanapilven (esimerkiksi Mentimeterissä).

Yhteistyö muiden oppiaineiden kanssa

- Historia ja yhteiskuntaoppi: keskustellaan yhteiskunnallisista muutoksista, kuten teknologian kehitymisestä, kaupungistumisesta, rahan arvosta ja niin edelleen. Ajoita tehtävä siten, että oppilaat voivat hyödyntää kotitaloustunnilla tekemiään haastatteluja ja käymiään keskusteluja historian ja yhteiskuntaopin tunneilla.

TARKKANA TÄSSÄ!

Tehtävä on vaativa ja edellyttää oppilailta hyviä vuorovaikutustaitoja haastattelutilanteessa.

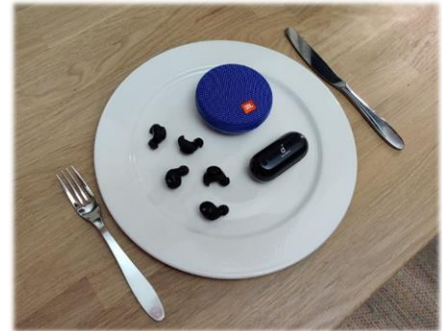
TARKKANA TÄSSÄ!

Kaikilla oppilailla ei ole välttämättä isovanhempia, joita he voivat haastatella. Mieti ketä muuta aikuista (esimerkiksi yli 60 vuotta) voi haastatella.

8. Tee haastattelu - Opi kestävästä ruokavalinnoista



🕒 10 min + itsenäistä työskentelyä + 20 min



Sisältö Oppilaat tekevät haastattelun esimerkiksi torilla, oppiakseen paikallisesta ruoasta.

Tavoite Lisätä tietoisuutta paikallisten tuotteiden saatavuudesta. Tavoitteena on ymmärtää, mitkä asiat vaikuttavat tuotevalikoimaan ja millaisia vaikutuksia omilla valinnoilla on. Tehtävän tulokset tarjoavat pohjan keskustella kestävyteen liittyvistä asioista oppilaiden kanssa.

Pedagoginen kuvaus Aktivoidaan oppilaiden ajattelua ja kehitetään kognitiivisia sekä vuorovaikutustaitoja haastattelemalla paikallisella torilla työskenteleviä ihmisiä.

Valmistelut (opettajan tehtävät)

1. Muotoile tehtävänanto oppilasryhmä huomioon ottaen. Jos useat oppilaat tekevät tehtävää samanaikaisesti, päättäkää etukäteen, mihin tuoteryhmiin tietyt oppilaat keskittyvät, jotta haastattelut eivät keskity vain yhteen tuoteryhmään.
2. Muotoile haastattelukysymykset etukäteen lomakepohjalle (esimerkiksi MS Forms).
3. Kuvaile tehtävä oppilaille. Keskustelkaa tehtävän tarkoituksesta ja tavoitteesta.
4. Jaa oppilaat haastattelujen jälkeen työskentelyryhmiin keskustelua ja analyysia varten esimerkiksi tuoteryhmittäin. Ohjaa ryhmissä käytävää keskustelua.
5. Reflektoi tehtävää oppilaiden kanssa saatujen haastatteluvastausten pohjalta. Haastatteluvastaukset voidaan jakaa koko ryhmälle. Johdattele keskustelu kestävyysteemaan ja oppilaiden mahdollisuuksiin vaikuttaa kauppojen valikoimaan.
6. Tehtävän lopuksi (exit ticket) pyydä oppilaita lisäämään peukalo ylös tai alas -emoji, esimerkiksi videotapaamisen kommenttikenttään, sen mukaan, mitä mieltä he ovat väitteestä: Opin, millaisia vaihtoehtoja minulla on kestävyttä/paikallisuutta tukevien ruokavalintojen tekemiseen.

Oppilaan tehtävät

1. Tutustu haastattelukysymyksiin ja suunnittele vierailu torille (Miten torille mennään? Keitä haastatellaan?).
2. Tarkista, että haastattelun nauhoittamiseen käytettävä laite toimii ja että laitteessa on riittävästi virtaa.
3. Toteuta haastattelu tehtyjen haastattelukysymysten mukaan, nauhoita haastattelu (pyydä lupa nauhoittamiseen, jos et saa lupaa, voit myös tehdä vastauksista kirjalliset muistiinpanot).
4. Haastattelun jälkeen, täytä saamasi vastaukset valmiiseen lomakepohjaan ja jaa se saamiesi ohjeiden mukaan opettajalle.
5. Jaa kokemuksiasi ja analysoi tuloksia yhdessä koko luokan kanssa. Keskustelkaa kestävydestä, taloudellisuudesta, satokauden vaikutuksista tarjontaan sekä paikallisuudesta ruokavalinnoissa.

Muokkaa ja tee yhdessä

- Tehtävä voidaan toteuttaa ryhmätyönä, esimerkiksi kaksi oppilasparia keskittyy samaan tuoteryhmään, mutta haastattelevat eri torimyyjiä.
- Jos vierailua torille ei ole mahdollista järjestää, oppilaat voivat tehdä haastattelun kaupassa tai maatilalla.
- Haastattelukysymykset voidaan muotoilla myös yhdessä oppilaiden kanssa osana tehtävää.
- Tehtävän teema voi liittyä myös ruoan tuotantoon tai ruoan turvallisuuteen. Vaihtoehtoisesti oppilaat voivat haastatella jotakuta tuotannon joka vaiheesta, esimerkiksi maatilan omistajaa, joka kasvattaa viljan; mylläriä, joka jauhaa ja pakkaa tuotteen; kauppiasta, joka myy tuotteen ruokakaupassa.
- Tehtävän voi tehdä täysin sähköisesti (haastattelu puhelimella tai videotapaamisen välityksellä).

Yhteistyö muiden oppiaineiden kanssa

- Äidinkieli: haastattelukysymysten muotoilu, vuorovaikutustaidot haastattelua tehdessä sekä tuloksia analysoidessa.
- Maantiede: kasvien ja hedelmien tunnistaminen, paikallisen tuotannon ja siihen liittyvien maantieteellisten tekijöiden ymmärtäminen.
- Matematiikka: hintojen vertailu.

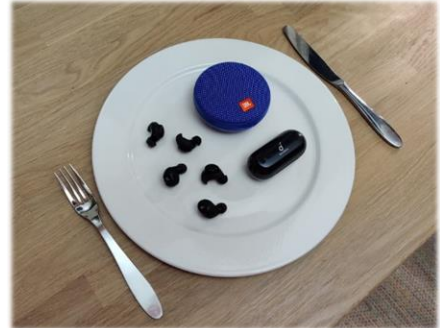
TARKKANA TÄSSÄ!

Sovi tapaaminen torimyyjän kanssa etukäteen.

9. Tutki paikallisia ruokalajeja - opi lisää paikallisista ruokaperinteistä



🕒 itsenäistä työskentelyä + 30 min



Sisältö	Oppilaat tutkivat valitsemaansa paikallista ruokalajia ja tekevät siitä kirjallisen esityksen.
Tavoite	Oppilaat ymmärtävät miten ruokaperinteet ovat muuttuneet ja mitkä asiat muutokseen ovat vaikuttaneet kotimaassa ja muissa maissa.
Pedagoginen kuvaus	Oppilaat analysoivat aiempia tietojaan ja syventävät ymmärrystään ruokakulttuurien muutoksista paikallistasolla.
Valmistelut (opettajan tehtävät)	<ol style="list-style-type: none">1. Luo digitaalinen valkotaulu (esimerkiksi Jamboard tai Mural). Muotoile keskusteluaiheet/kysymykset.2. Etsi lyhyt video paikallisesta ruokakulttuurista ja ruokaperinteistä.3. Jaa oppilaat työskentelyryhmiin. Ohjaa ryhmissä käytävää keskustelua. Käytä apuna esimerkiksi seuraavia kysymyksiä:<ul style="list-style-type: none">- Mitä ruokaperinteet tarkoittavat? Anna esimerkkejä.- Miten ruokaperinteet kehittyvät?- Mikä saa ruokaperinteet muuttumaan?4. Anna ohjeet esityksen tekemiseen. Oppilaat voivat käyttää apuna seuraavia kysymyksiä:<ul style="list-style-type: none">- Historia: mistä tämä ruokalaji on peräisin?- Millaisia paikallisia variaatioita siitä on olemassa?- Mitä raaka-aineita siinä käytetään?- Minkä muiden ruoka-aineiden kanssa ruokalaji nautitaan?5. Esitysten aikana ohjaa keskustelua yleisemmälle tasolle. Muista, että yksi ruokalaji ei edusta koko ruokakulttuuria.6. Esitysten jälkeen, pyydä oppilaita muodostamaan oppitunnista kolme oppimiskysymystä ja lähettämään ne opettajalle. Voit käyttää kysymyksiä arvioinnin tukena: onko oppilas ymmärtänyt oppitunnin keskeiset sisällöt.

7. Tehtävän lopuksi (exit ticket) pyydä oppilaita pohtimaan oliko päivän aiheessa jotakin jota he tiesivät jo etukäteen ja mitä uutta he oppivat?

Oppilaan tehtävät

1. Katsokaa yhdessä lyhyt video paikallisista ruokakulttuureista ja ruokaperinteistä.
2. Keskustelkaa 2-3 oppilaan ryhmissä ja kootkaa keskustelu digitaalisen valkotalun avulla.
3. Valitkaa perinteinen ruokalaji, johon perehdytte tarkemmin.
4. Tehkää lyhyt esitys (esimerkiksi MS PowerPoint), jossa yhdistätte valitsemanne ruokalajin ja paikalliset ruokaperinteet.
5. Pitäkää esityksenne muulle ryhmälle ja osallistukaa yhteiseen keskusteluun.

Muokkaa ja tee yhdessä

- Mieti etukäteen lista mahdollisista ruokalajeista, joita oppilaat voivat tutkia. Näillä ruokalajeilla on hyvä olla historiallista tai paikallista merkitystä.
- Voit rajata tarkastelun vain yhteen asiaan, esimerkiksi leipä.
- Käy yhdessä oppilaiden kanssa läpi mahdolliset vaikeat sanat ja käsitteet, joita videolla esiintyy.
- Video voidaan katsoa yhdessä, tai antaa oppilaille linkki, jolloin he katsovat sen yksin.
- Oppilaat, joilla on vähän kokemusta paikallisesta ruokakulttuurista voivat tarvita apua päästäkseen alkuun. Voit havainnollistaa asiaa esimerkiksi kartan avulla, jonne sijoitetaan tarkasteltavana olevia ruokalajeja.
- Oppilaat voivat valmistaa valitsemansa ruokalajin ja arvioida sitä yhteisesti.

Yhteistyö muiden oppiaineiden kanssa:

- Kieltenopetus: ruokaohjeiden lukeminen ja ymmärtäminen, vanhanaikaisen kielen ymmärtäminen.
- Historia ja uskonto: ruokalajien historiallisten ja uskonnollisten merkitysten ymmärtäminen, vanhojen mittayksiköiden tulkinta (esimerkiksi kappa).
- Maantiede: paikallisten tuotanto-olosuhteiden ymmärtäminen ja ruoantuotannon yhteys ruokakulttuuriin.

10. Työskentele asiantuntijaryhmässä - opi lisää tasapainoisesta ruokavaliosta



🕒 itsenäistä työskentelyä + 30 min



Sisältö

Oppilaat käyttävät asiantuntijaryhmämenetelmää opiskellessaan yhdessä, mitä tarkoittaa tasapainoinen ruokavaliio. Asiantuntijaryhmät perehtyvät aiheeseen erilaisten teemojen avulla, esimerkiksi tarkastelevat yhdessä, miten ruokapyramidin eri osat auttavat tasapainoisen ruokavaliion koostamisessa. Ryhmät tuottavat omasta aiheestaan digitaalisen esityksen (esimerkiksi MS Powerpoint) ja esittävät sen muille.

Tavoite

Oppilaat syventävät tietämystään tasapainoisesta ruokavaliosta ja kehittävät ryhmätyötaitojaan harjoittelemalla toimimaan vastuullisesti osana asiantuntijaryhmää. Samalla he oppivat lisää aiheesta kuuntelemalla muiden ryhmien esityksiä.

Pedagoginen kuvaus

Tehtävä vahvistaa oppilaiden vuorovaikutus- ja neuvottelutaitoja ja kykyä työskennellä ryhmässä. Oppilaiden kognitiiviset taidot kehittyvät asiantuntijaryhmässä: he oppivat luomaan yhteenvedon opittavasta sisällöstä ja esittämään sen tarkoituksenmukaisella tavalla.

Valmistelut (opettajan tehtävät)

1. Valitse tehtävän pääteema (tasapainoinen ruokavaliio) ja valitse asiantuntijaryhmien aiheeseen liittyvät alateemat, joiden parissa oppilaat työskentelevät.
2. Esittele asiantuntijamenetelmä oppilaille. Käy oppilaiden kanssa läpi eri tapoja, joilla ryhmät työskentelevät parhaiten yhdessä: kuunteleminen, omien näkökulmien argumentointi ja neuvottelutaidot, aktiivinen osallistuminen yhteiseen työskentelyyn ja kaikkien näkökulmien arvostaminen.
3. Jaa oppilaat ryhmiin.
4. Kun ryhmät työskentelevät aiheidensa parissa, ohjaa ryhmien toimintaa ja yhteistyötä: varmista, että kaikki pääsevät osallistumaan keskusteluun, rohkaise oppilaita

tarvittaessa. Oppilaat voivat käyttää digitaalista valkotaulua (esimerkiksi Jamboard) työskentelynsä tukena.

5. Kun asiantuntijaryhmät ovat valmiit, käykää keskustelua työskentelyprosessista: esimerkiksi, miten oppilaat rajasivat oman tarkasteltavan aiheensa, osallistuivatko kaikki aktiivisesti työskentelyyn ja tuliko kaikkien ääni kuulluksi.
6. Tehtävän lopuksi (exit ticket) pyydä jokaista oppilasta kirjoittamaan chat-kommentti tai post-it kommentti, johon he kirjaavat jokaisesta esityksestä yhden oppimansa keskeisen asian. Tämä toimii samalla palautteena: opettaja voi käyttää oppilaiden vastauksia seuraavan opetuskerran aluksi, jolloin voidaan koota yhteen keskeiset opittavat asiat ja syventää epäselväksi jääneitä aiheita.

Oppilaan tehtävät

1. Perehdy ryhmäsi aiheeseen. Tehkää muistiinpanoja digitaaliselle valkotaululle (esimerkiksi Jamboard).
2. Keskustele ryhmäsi kanssa, mitkä ovat tärkeitä asioita, jotka pitää sisällyttää esitykseen ja miksi. Perustele omat mielipiteesi ja anna muillekin mahdollisuus jakaa ajatuksensa.
3. Laatikaa ryhmässä lyhyt esitys (esimerkiksi MS PowerPoint).
4. Pitäkää esityksenne muille ryhmille. Osallistu yhteiseen keskusteluun ja kysy itsellesi epäselviksi jääneistä asioista.

Muokkaa ja tee yhdessä

- Tehtävä voidaan muuntaa haastavammaksi käyttämällä tapauskuvauksia tai ongelmanratkaisua vaativia tehtäviä, esimerkiksi arjen tilanteista, joissa tehdään päätöksiä ruoanvalinnasta ja tasapainoisesta ruokavaliosta. Ruoanvalinnat ja niiden perustelut esitetään muille ryhmille.
- Tehtävä voidaan yhdistää tehtävään numero 2.

Yhteistyö muiden oppiaineiden kanssa

- Matematiikka: ateriakohtaisen energiasisällön laskeminen (kcal/kJ) ja laskelmien tulkinta tasapainoisen ruokavalion näkökulmasta.
- Biologia: kehon ravintoainetarpeiden ymmärtäminen.

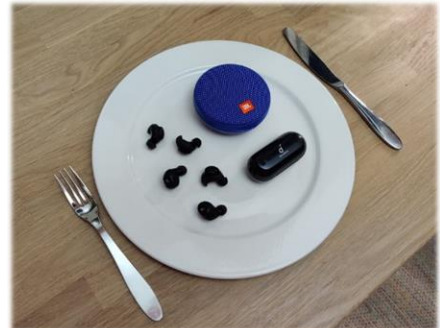
TARKKANA TÄSSÄ!

Tehtävä pitää olla selkeästi rajattu. Asiantuntijaryhmän työskentelytavat pitää kuvata selkeästi oppilaille. Muutoin oppilaat ovat epävarmoja siitä, mitä tehdään ja miksi, sekä miten työskennellään.

11. Tee miellekartta - jäsennä tietoa ruoka-allergioista ja intoleransseista



10 min + itsenäistä työskentelyä



Sisältö

Oppilaat lukevat annetun tekstin ruoka-allergioista ja intoleransseista sekä tekevät lukemastaan digitaalisen miellekartan, jossa huomioidaan kotitalouden sisällöt.

Tavoite

Oppilaat syventävät ymmärrystään ruoka-allergioista ja ruokaintoleransseista lukemalla ja jäsentämällä niihin liittyviä keskeisiä käsitteitä.

Pedagoginen kuvaus

Tehtävässä harjoitellaan kognitiivisia taitoja syventämällä ja jäsentämällä tietoa miellekartan avulla.

Valmistelut (opettajan tehtävät)

1. Valitse aiheeseen liittyvä teksti, jonka oppilaat lukevat. Jaa oppilaat ryhmiin. Aihe voi olla esimerkiksi gluteeni-intoleranssi, kananmuna-allergia, laktoosi-intoleranssi.
2. Valitse ohjelma, jolla voi tehdä digitaalisia miellekarttoja (esimerkiksi Padlet, Flinga, Visio).
3. Valmistele miellekartan perusrakenne. Voit käyttää valmista miellekarttapohjaa kotitalousopetuksen sisältöalueista.
4. Tehtävän lopuksi (exit ticket) pyydä oppilaita lähettämään tekemänsä miellekartta opettajalle tai jakamaan se muille.
5. Seuravalla opetuskerralla jatketaan keskustelemalla oppilaiden miellekarttoista.

Oppilaan tehtävät

1. Opettaja näyttää, miten digitaalinen miellekartta tehdään. Seuraa ohjeita tarkasti.
2. Lue saamasi teksti ja laadi digitaalinen miellekartta. Käytä apuna kuvia ja sanoja.
3. Jaa miellekarttasi opettajalle tai muille oppilaille saamiesi ohjeiden mukaan.

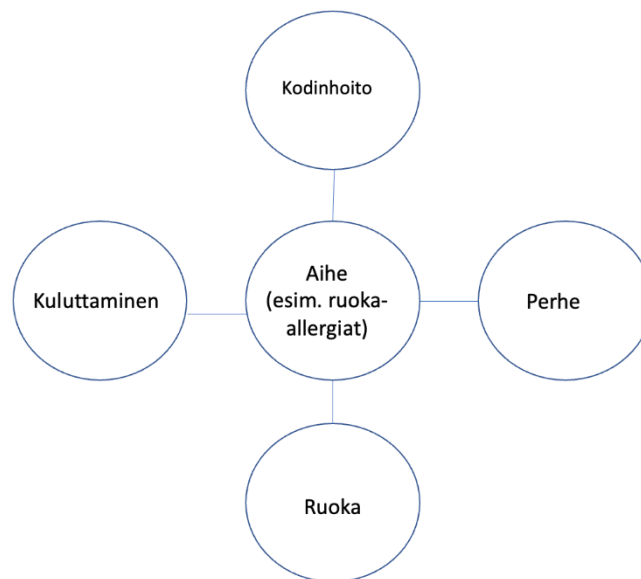
Muokkaa ja tee yhdessä

- Oppilaat voivat työskennellä pienryhmissä, kun he lukevat tekstin ja laativat miellekartan.
- Tekstin lukemisen sijasta oppilaat voivat katsoa lyhyen videon samasta aiheesta.
- Oppitunnin voi myös aloittaa tekemällä miellekartan (ilman luettavaa tekstiä), jolloin se toimii oppilaiden aiemman tiedon kartoittamisen välineenä. Opetuskerta voidaan lopettaa lisäämällä sanoja alussa tehtyyn alustavaan miellekarttaan. Tämän avulla voi nähdä, miltä osin oppilaiden tiedot ovat syventyneet tai muuttuneet.

Yhteistyö muiden oppiaineiden kanssa

- Terveystieto: ymmärretään paremmin haasteita, joita ihmisillä on, kun heillä on allergioita tai intoleransseja.
- Biologia: ymmärretään mikä aiheuttaa allergisen reaktion ja miten se vaikuttaa kehoon.
- Kielenopetus: tekstin ymmärtäminen ja systemaattinen lukeminen avainkäsitteiden tunnistamiseksi.

Esimerkki miellekartasta:

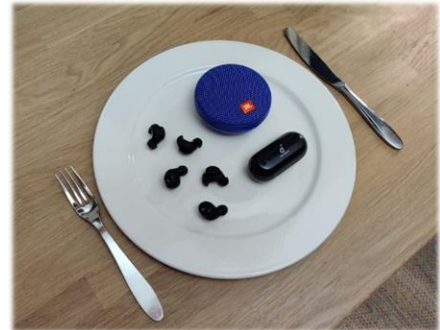


12. Tee haastattelu - Tutki kotien ruokaperinteiden vaihtelua



Opetuskerta 1: 10 min + itsenäistä työskentelyä

Opetuskerta 2: 10 min + itsenäistä työskentelyä + 15 min



Sisältö

Oppilaat tutkivat kotien ruokaperinteiden vaihtelua. Tehtävässä oppilaat toteuttavat haastattelun, jonka avulla he saavat lisää tietoa erilaisista ruokaperinteistä ja ruokakulttuureista. Oppilaat tekevät esityksen, jonka avulla he esittelevät havaintojaan kuvien ja tekstin avulla (tehtävästä tulee haastavampi, jos he esittelevät myös tyypillisen ruokaperinteeseen liittyvän ruokaohjeen). Esitykset käydään läpi ja niistä keskustellaan yhdessä.

Tavoite

Kehittää oppilaiden ymmärrystä erilaisuudesta ja moninaisuudesta sekä erilaisista ruokaperinteistä ja ruokakulttuureista kodeissa.

Pedagoginen kuvaus

Tehtävä auttaa oppilaita syventämään tietämystään perheiden ruokaperinteiden ja ruokakulttuurien variaatioista. Oppilaat kehittävät tiedollisia ja vuorovaikutuksellisia taitojaan tekemällä haastattelun ja jakamalla sen muiden kanssa.

Valmistelut (opettajan tehtävät)

1. Valmistele haastattelukysymykset etukäteen, mielellään yhdessä oppilaiden kanssa. Tällöin tehtävän tavoite ja tarkoitus on kaikille selvä.
2. Käykää yhdessä oppilaiden kanssa läpi, miten kirjoitetaan toimiva ja ymmärrettävä ruokaohje.
3. Pyydä oppilaita jakamaan havaintonsa toisen opetuskerran lopussa ja vastaamaan oman aiheensa yleiskeskustelun johtamisesta.

Oppilaan tehtävät

1. Haastattele esimerkiksi oman perheesi jäsentä tai lähisukulaista hänen ruokaperinteistään (käytä yhdessä laadittuja kysymyksiä).
2. Valitse kuulemasi perusteella ruokalaji, joka on haastateltavasi suosikki tai muutoin ruokakulttuurille

tyypillinen. Etsi Internetistä kuvia, joiden avulla voit havainnollistaa ruokalajia ja koko ruokakulttuuria.

3. Etsi valitsemaallesi ruokalajille ruokaohje tai kirjoita ohje itse (voit myös pyytää ruokaohjetta haastattelun yhteydessä).
4. Toisen opetuskerran lopussa jaa omat havaintosi koko ryhmälle. Kerro, ketä haastattelit ja havainnollista tuloksia kuvien tai ruokaohjeen avulla.

Muokkaa ja tee yhdessä

- Ruokaohjeita ja kuvia voidaan käyttää luokan oman keittokirjan tekemiseen (esimerkiksi BookCreator) tai lyhyen videon tekemiseen.
- Oppilaat tekevät haastattelun kouluajan ulkopuolella. Ensimmäisellä opetuskerralla voidaan käyttää aikaa yhteisten kysymysten laatimiseen.
- Oppilas voi myös tutkia jonkun kuuluisuuden ruokakulttuuria, jos oman perheen jäsenen haastattelu ei ole mahdollista. Tällöin tietoa haetaan Internetistä. Muista lähdekriittisyys nettiaineistoja käytettäessä.
- Ruokaohjeita voidaan kokeilla myöhemmin kotitaloustunneilla.

Yhteistyö muiden oppiaineiden kanssa

- Äidinkieli: kysymysten laatiminen ja haastattelun tekeminen.
- Maantiede: Jos luokan keittokirjan sisältämät ohjeet liittyvät erilaisiin maihin ja maanosiin, pohditaan alueiden maantieteellistä vaikutusta esim. ilmastoon, tyypillisiin raaka-aineisiin.

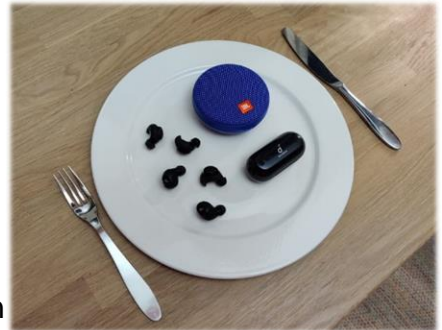
TARKKANA TÄSSÄ!

Auta oppilaita valmistautumaan haastatteluun. Muistuta heitä asioista, jotka pitää huomioida, kun tekee haastattelua sensitiivisistä asioista.

13. Tavalliset kotitaloustyöt - Keskustele yhdenvertaisuudesta



15 min + 15 min + itsenäistä työskentelyä + 15 min



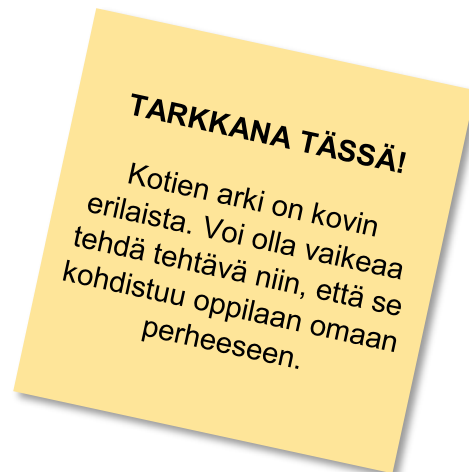
- Sisältö** Oppilaat kartoittavat ja aikatauluttavat kotitöitä sekä keskustelevat yhdenvertaisuudesta niiden tekemisessä.
- Tavoite** Auttaa oppilaita tutkimaan ja huomaamaan asioita, jotka liittyvät kotitöiden yhdenvertaiseen ja tasa-arvoiseen tekemiseen.
- Pedagoginen kuvaus** Tehtävän avulla oppilaat voivat tutkia erilaisia kotitaloustöitä, niiden tekemistä ja kehittää kriittistä ajatteluaan yhdenvertaisuus-käsitteen avulla.
- Valmistelut (opettajan tehtävät)**
1. Keskustelkaa, millaisia kotitaloustöitä kodeissa tavallisesti tehdään päivittäin, viikoittain, kuukausittain tai harvemmin.
 2. Jaa oppilaat ryhmiin keskustelua varten. Ohjaa ryhmissä käytävää keskustelua.
 3. Tehtävän lopuksi kysy, millaisia tavallisia kotitaloustöitä tehdään erilaisissa perhevaiheissa (esimerkiksi lapsiperhe, opiskelijaperhe tai eläkeläispariskunta)?
- Oppilaan tehtävät**
1. Tee lista tavallisista kotitaloustöistä ja kuvaa, kenen perheenjäsenen vastuulla ne ovat. Seuraa kotitaloustöiden tekemistä esimerkiksi viikon ajan: millaisia erilaisia töitä perheenjäsenet tekevät ja kuka ne tekee.
 2. Analysoi listaasi ja mieti, miksi kotitaloustöiden tekeminen jakautuu juuri tällä tavalla ja mitä se kertoo tasa-arvosta ja yhdenvertaisuudesta perheessä.
 3. Jaa listasi muiden kanssa ja osallistu keskusteluun kotitöiden oikeudenmukaisesta jakamisesta joko pienryhmässä tai koko luokan kanssa.

Muokkaa ja tee yhdessä

- Tehtävä suositellaan toteutettavaksi kuvitteellisesta perheestä, ei oppilaan omasta perheestä.
- Tehtävä voidaan myös toteuttaa siten, että oppilaat haastattelevat perheenjäseniä heidän kokemuksistaan yhdenvertaisuudesta kotitöiden tekemisessä.
- Tehtävä voi myös kohdistua olosuhteisiin 50 tai 100 vuotta sitten. Oppilaat pohtivat, millaisia muutoksia on tapahtunut nykypäivään verrattuna. Oppilaat voivat tehdä esityksen (esimerkiksi MS PowerPoint) tekemistään havainnoista.

Yhteistyö muiden oppiaineiden kanssa

- Historia: keskustelua yhdenvertaisuudesta nykyään ja menneinä aikoina.
- Kotimaiset/vieraat kielet: kirjoitetaan essee siitä, miten kotona voidaan edistää yhdenvertaisuutta.



14. Analysoi sosiaalisen median sisältöjä - Huomaa kotitalousnäkökulma



🕒 5 min + itsenäistä työskentelyä + 20 min



Sisältö	Oppilaat valitsevat sosiaalisen median tilin ja analysoivat sinne tehtyjä postauksia (esimerkiksi ruokabloggaajat, YouTube video, blogisivustot), jotka koskevat esimerkiksi ruoanvalintaa tai ruokaan liittyviä uskomuksia.
Tavoite	Kehittää oppilaiden kriittistä ajattelua sosiaalisen median viestejä kohtaan hyödyntämällä kotitalousnäkökulmaa.
Pedagoginen kuvaus	Tehtävä mahdollistaa sosiaalisen median roolin ja sisältöjen analysoimisen ja kehittää oppilaiden kriittistä ajattelua ruoan valinnasta ja ruokaan liittyvistä uskomuksista.
Valmistelut (opettajan tehtävät)	<ol style="list-style-type: none">1. Mieti apukysymykset, joiden avulla sosiaalisen median sisältöjä analysoidaan. Esimerkiksi: Millaista tietoa postauksista voi saada? Miksi uskon/en usko sosiaalisessa mediassa oleviin tietoihin? Millä perusteilla voi arvioida, onko tieto totta vai ei?2. Pyydä oppilaita miettimään ensin itsenäisesti sosiaalisen median suosikkejaan (bloggaaja tai tubettaja). Näitä sisältöjä analysoidaan tehtävässä annettujen apukysymysten avulla. Mieti ohjeistus, jonka perusteella oppilaat valitsevat sosiaalisen median sisällöntuottajan.3. Jaa oppilaat ryhmiin, joissa jaetaan tehtävän tulokset. Ohjeista oppilaita kiinnittämään huomioita piilomainontaan ja siihen, miten sosiaalinen media vaikuttaa heidän arkeensa ja valintoihinsa. Ohjaa ryhmissä käytävää keskustelua.4. Opetuskerran lopetustehtävänä (exit ticket) on tiivistää yksi ohje sosiaalisen median käytöstä, jonka voisi esittää suosituksena omalle ystävälleen.
Oppilaan tehtävät	<ol style="list-style-type: none">1. Valitse sosiaalisen median sisällöntuottaja, joka käsittelee ruokaan ja ravitsemukseen liittyviä asioita.

2. Lue tuoreimpia postauksia ja analysoi niiden sisältöjä opettajan antamien kysymysten avulla.
3. Valmistaudu jakamaan havaintojasi ja keskustelemaan niistä joko pienryhmissä tai koko ryhmän kanssa.

Muokkaa ja tee yhdessä

- Sisältöä voi analysoida vertaamalla kahden erilaisen sisällön tuottajan sisältöjä keskenään.
- Huomion voi kohdistaa myös kulutustottumuksiin (esimerkiksi kestävän kehityksen mukaiset valinnat, tai henkilökohtainen rahankäyttö).
- Tehtävää voidaan käyttää arvioimaan sosiaalisen median vaikutuskeinoja (esimerkiksi milloin sisällöt ovat suostuttelevia, sisältävät tunteisiin vetoamista joko tekstin tai kuvien avulla).

Yhteistyö muiden oppiaineiden kanssa

- Vieraat kielet: luetaan sisältöjä muilla kuin kotimaisilla kielillä.
- Tietotekniikka: kriittisen medialukutaidon kehittäminen.
- Yhteiskuntaoppi: ruokavalintojen kulttuuristen erojen ymmärtäminen.

TARKKANA TÄSSÄ!

Anna tarvittaessa oppilaille esimerkkejä mahdollisista sosiaalisen median sisällöntuottajista, joiden aiheet käsittelevät ruokaa ja ravitsemusta.

TARKKANA TÄSSÄ!

Oppilailla pitää olla aiempaa tietoa ja osaamista ruokaan ja ravitsemukseen liittyvistä aiheista, jotta he voivat analysoida sisältöjä kriittisesti.

TARKKANA TÄSSÄ!

Tehtävä soveltuu ylempien luokkien oppilaille. Jos käytät tehtävää alempien luokkien oppilaiden kanssa, tarkenna etukäteen keitä ja mitä tehtävässä on tarkoitus analysoida.

TARKKANA TÄSSÄ!

Sosiaalisen median sisällöt vaihtelevat paljon. Harkitse tarkkaan, mitä sisältöjä valitset oppilaiden analysoitavaksi.

15. Pelaa bingoa - Tee kotona käytännön tehtäviä



🕒 10 min + itsenäistä työskentelyä + 15 min



Sisältö

Oppilaat valitsevat ja tekevät erilaisia käytännön tehtäviä kotona. Bingotaulukko ohjaa tehtävien valitsemisessa. Tehtävät dokumentoidaan valokuvaamalla. Oppilaat arvioivat tehtävästä suoriutumistaan ryhmissä sen mukaan, millaisia yhteisiä tavoitteita tehtävälle on annettu.

Tavoite

Erilaisten käytännön tehtävien tekeminen ja dokumentointi kotona.

Pedagoginen kuvaus

Oppilaat syventävät käytännön taitojaan tekemälle bingoruudun tehtäviä kotona. He harjoittelevat dokumentointia ja itsearviointia.

Valmistelut (opettajan tehtävät)

1. Laadi bingotaulukko etukäteen (katso esimerkki alla). Valitse tehtävät siten, että ne sopivat opetuksesi esimerkiksi kahden viikon aikana. Taulukko on laadittu siten, että jokainen rivi sisältää erilaisia tehtäviä.
2. Anna oppilaille bingotaulukko ja reflektiota tukevia kysymyksiä. Esimerkiksi ruoanvalmistukseen liittyvissä tehtävissä voit käyttää seuraavia kysymyksiä: Millaisia raaka-aineita valitsit? Miksi valitsit juuri ne? Miten muokkaisit ruoan ravintosisältöä terveellisemmäksi vaihtamalla raaka-aineita toisiksi?
3. Määrittele aika, jolloin oppilaat tekevät tehtäviä kotona, esimerkiksi viikko tai kaksi viikkoa.
4. Kun tehtävät on tehty, anna oppilaille ohjeet siitä, miten tehtävissä opituista asioista keskustellaan ryhmässä. Jaa oppilaat työryhmiin. Ohjaa ryhmissä käytävää keskustelua.
5. Päätä tehtävä (exit ticket) kysymällä oppilailta, mikä oli heidän suosikkitehtävänsä ja miksi. Kootkaa perustelut ja keskustelkaa niistä yhteisesti.

Oppilaan tehtävät

1. Tee kotona vähintään neljä käytännön tehtävää, jotka on kuvattu bingotaulukossa, jotta saat bingon. Dokumentoi tehtävä ottamalla siitä kuva esimerkiksi kännykkäkameralla

tai tablettitietokoneella. Kuvat voivat sisältää tehtävässä tarvittavia välineitä, varsinaista toimintaa tai tehtävän lopputuloksen. Kun teet tehtävää, pohdi reflektiokysymyksiä.

2. Arvioi ryhmän kanssa tehtävän tavoitteiden saavuttamista ja toteuttamista, tehtävässä oppimiasi asioita, sekä asioita, jotka tehtävässä tuntuivat vaikeilta.
3. Jaa tulokset muille opettajan antamien ohjeiden mukaisesti.

Muokkaa ja tee yhdessä

- Oppilaat tallentavat käytännön tehtävän tekemisen videolle (esimerkiksi Movie Maker). Tällöin opettaja saa mahdollisuuden nähdä oppilaan suoriutumisen tehtävässä. Opettajan pitää sopia oppilaiden kanssa, millaisen videon tekeminen on mahdollista. Huomioi kotien erilaiset olosuhteet.
- Tehtävä voidaan yhdistää oppilaan reflektiotaitoja kehittävään tehtävään 16.

Yhteistyö muiden oppiaineiden kanssa (esimerkit liittyvät bingotaulukon tehtäviin)

- Liikunta: eväiden tekeminen kävelyretkelle.
- Kemia: käytettyjen puhdistusaineiden sisältö ja sopivuus erilaisille kodin pinnoille.
- Biologia: valmistettujen retkieväiden arviointi kestävyysnäkökulmasta.

TARKKANA TÄSSÄ!

Bingotehtävien pitää olla erilaisia ja eritasoisia, jotta ne voidaan toteuttaa monenlaisissa kodeissa.

Esimerkkejä käytännön tehtävistä

Vein roskat ulos	Pesin pyykkiä	Kiitin ruoasta	Valmistin välipalan
Siivosin vaatekaappini	Autoin vanhempiani tai sisarustani	Valmistin ruokaa	Tyhjensin astianpesukoneen
Soitin isovanhemmille ja kysyin, miten he voivat	Leivoin	Imuroin huoneeni	Silitin
Valmistin aamiaisen koko perheelle	Siivosin keittiön pinnat	Puhdistin suosikkikenkäni	Valmistin eväät kävelyretkelle ja tein retken

16. Harjoittele reflektointia - Analysoi kotitöitä



🕒 10 min + itsenäistä työskentelyä + 15 min



Sisältö	Kenkien puhdistustehtävän (tai muun tehtävässä 15 mainitun kotityön jälkeen), oppilaat vastaavat opettajan tekemään kyselyyn ja analysoivat toimintaansa.
Tavoite	Omien käytännöntaitojen reflektointitaidot kehittyvät.
Pedagoginen kuvaus	Oppilaat kehittävät kognitiivisia ja ajattelun taitojaan refleктоimalla omaa toimintaansa.
Valmistelut (opettajan tehtävät)	<ol style="list-style-type: none">1. Tee sähköinen kyselylomake (esimerkiksi MS Teams Forms), johon oppilaat voivat ladata kuvia ja reflektoida omaa osaamistaan. Esimerkkikysymyksiä: Miten selvisit tehtävästä? Mistä onnistuit parhaiten? Mitä tekisit eri tavoin ensi kerralla? Kyselyn pitäisi myös ohjata oppilaita analysoimaan tehtävää: Millainen tehtävä mielestäsi oli? Mikä asia oli haastava, miksi? Oliko jokin ohjeista epäselvä?2. Anna oppilaille tehtäväksi puhdistaa kengät kotona ja ottaa muutama kuva puhdistamisesta.3. Anna oppilaille kysely ja pyydä heitä refleктоimaan suoritustaan kirjallisesti.4. Anna oppilaille palautetta heidän vastauksistaan.
Oppilaan tehtävät	<ol style="list-style-type: none">1. Puhdista kengät ja vastaa sitten opettajan antamaan kyselyyn.
Muokkaa ja tee yhdessä	<ul style="list-style-type: none">– Tehtävä voidaan yhdistää tehtävään 2.– Tätä tehtävää voidaan käyttää minkä tahansa kotitalouden käytännön tehtävän arviointiin.– Voit vaihdella kysymysten haastetasoa yksinkertaisesta laajaan sähköisen kyselyn avulla. (e.g. MS Teams Forms).– Myös oppilaat voivat tehdä kyselyn kysymykset.– Opettaja voi tehdä virtuaalinäyttelyn oppilaiden puhdistetuista kengistä, jos oppilaat antavat luvan.

Yhteistyö muiden oppiaineiden kanssa

- Äidinkieli: selkeästi kuvatus itsereflektion harjoittelu, yleispätevän 'ihan kiva/ok' sijaan.
- Tietotekniikka: Kuvien ottaminen ja lataaminen yhteiselle oppimisalustalle.

TARKKANA TÄSSÄ!

Kertaa oppilaiden kanssa eettiset periaatteet ennen kuin kuvia otetaan kotona.

17. Ravitsemustietovisa - Arvioi oppimiasi ravitsemusasioita



🕒 10-15 min



Sisältö

Oppilaat vastaavat tietovisan kysymyksiin. Kysymykset on laadittu ennalta kattamaan opetuskerran sisällöt, esimerkiksi ravitsemuksesta opetetut asiat.

Tavoite

Oppilaan ravitsemusosaamisen arviointi opetuskerran päätteeksi.

Pedagoginen kuvaus

Oppilaat saavat palautetta oppimistaan ravitsemusasioista. Jos oppilaat laativat tietovisan kysymykset itse, he voivat käyttää luovuuttaan. Opettajalle tehtävä tuottaa tietoa oppilaiden ravitsemusosaamisen tasosta. Opettaja voi seuraavalla kerralla täydentää puuttuvia tietoja.

Valmistelut (opettajan tehtävät)

1. Valmistele tietovisan kysymykset (esimerkiksi MS Teams Forms), jotka kattavat opetuskerran sisällöt. Käytä monivalintakysymyksiä tai selitystä vaativia kysymyksiä. Esimerkiksi: Kumpi tuotteista on ravitsemuksellisesti suositeltavampi: voi vai öljy? Perustele vastauksesi. Jos mahdollista, laadi kysymyksiä, joiden vaikeustaso vaihtelee. Laadi kysymyksiä kohtuullinen määrä.
2. Päätä vastaavatko oppilaat kysymyksiin yksin, pareittain vai ryhmässä.
3. Anna oppilaille vastaamisohjeet.
4. Anna oppilaille palautetta seuraavalla opetuskerralla: palaa asioihin, jotka olivat jääneet epäselviksi.

Oppilaan tehtävät

1. Vastaa kysymyksiin opettajan antamien ohjeiden mukaisesti.

Muokkaa ja tee yhdessä

- Oppilaat voivat valmistella kysymykset joko omalle ryhmälleen tai rinnakkaiselle kotitalouden ryhmälle, joka opiskelee samaa aihetta.
- Tehtävästä voi tehdä myös jatkuvan: jokaisen ravitsemukseen liittyvän opetuskerran jälkeen pidetään

tietovisa. Esimerkiksi ravitsemusaiheinen tietovisa voi olla aina, kun saadaan yksi aihealue (esimerkiksi proteiinit, rasvat ja hiilihydraatit) käsiteltyä.

- Tietovisaa voidaan käyttää myös ravitsemusaiheisen jakson alussa, jolloin voidaan arvioida oppilaiden aiemman osaamisen tasoa. Sama tietovisa voidaan esittää jakson lopussa, jolloin oppilaat voivat seurata omaa edistymistään.

TARKKANA TÄSSÄ!

Jos käytät valmiita tietovisapohjia, tee visailu ensin itse, jotta voit varmistua kysymysten ymmärrettävyydestä ja asiasisällöstä.

