

5 HYVÄT TAVAT

*"Reipas, rehti, ryhdikäs –
tahdon olla ystäväs!
Koulun säännöt opettelet
yhteispeliin totuttelet.
Elämässä onnistaa,
kun vain jaksaa ponnistaa."*

Miksi meidän tulee käyttäytyä? Hyvät tavat ovat tärkeitä meille kaikille. Hyvät tavat auttavat meitä liikkumaan mukavasti jokapäiväisessä elämässä, työssä, koulussa ja kotona sekä juhlatilaisuuksissa. Sirkka Lassilan sanoin "On pahempi juttu olla epäkohtelias naapurille kuin käyttää päivällisellä väärää haarukkaa. Haarukan voi vaihtaa vaivihkaa uuteen, mutta kadotettua ystävää on vaikea korvata." (Lassila 2000.)

Kun tietää tavat, saa itseluottamusta ja esiintymisvarmuutta. Jokaisen ihmisen elämän laatu paranee, mikäli osaa käyttäytyä kohteliaasti ja ystävällisesti. Hyvät tavat lähtevät aina toisten huomioon ottamisesta. Ja mikä parasta, hyvä käytös ei maksa mitään. (Lassila 2000.)

Hyvien tapojen opettamisen päävastuu on aina kodilla. Niille luodaan pohja jo varhaislapsuudessa: jos vanhemmat ja muut aikuiset eivät silloin anna esimerkkiä luontevasta, toisen huomioon ottavasta käytöksestä, on tätä puutetta myöhemmin todella vaikea korvata.

Koulu kasvattaa lapsia hyviin tapoihin yhdessä kotien kanssa. Luokissa onkin paljon tilanteita, joissa voi opetella toisen huomioon ottamista. Joka päivä tulee eteen tilanteita, joissa on luontevaa keskustella siitä, miltä toisesta tuntuu ja miten jokainen omalta osaltaan pystyy luomaan viihtyisyyttä kouluun ja hyvää mieltä toisille.

Tapapassi ja -diplomi

Tapapassin (luvun 5.7 lopussa) avulla voi arvioida hyvien tapojen toteutumista niin kotona kuin koulussa. Passissa on osa Mantelimutkan koululaiset -oppaan teemoista, mutta tapapassin voi suorittaa myös ilman opasta tai missä vaiheessa kouluvuotta tahansa. Tapapassin täyttyttyä opettaja kuittaa passin hyväksytyksi ja tarpeen mukaan on hyvä käydä oppilaan kanssa keskustelua siitä, miten passi on suoritettu: ovatko hyvät tavat olleet hallussa, missä kohdin ruoka- ja tapakulttuuri on unohtunut ja miksi. Toive kuitenkin on, että jokainen oppilas saisi tulostetun diplomin kannustukseksi ja muistoksi.

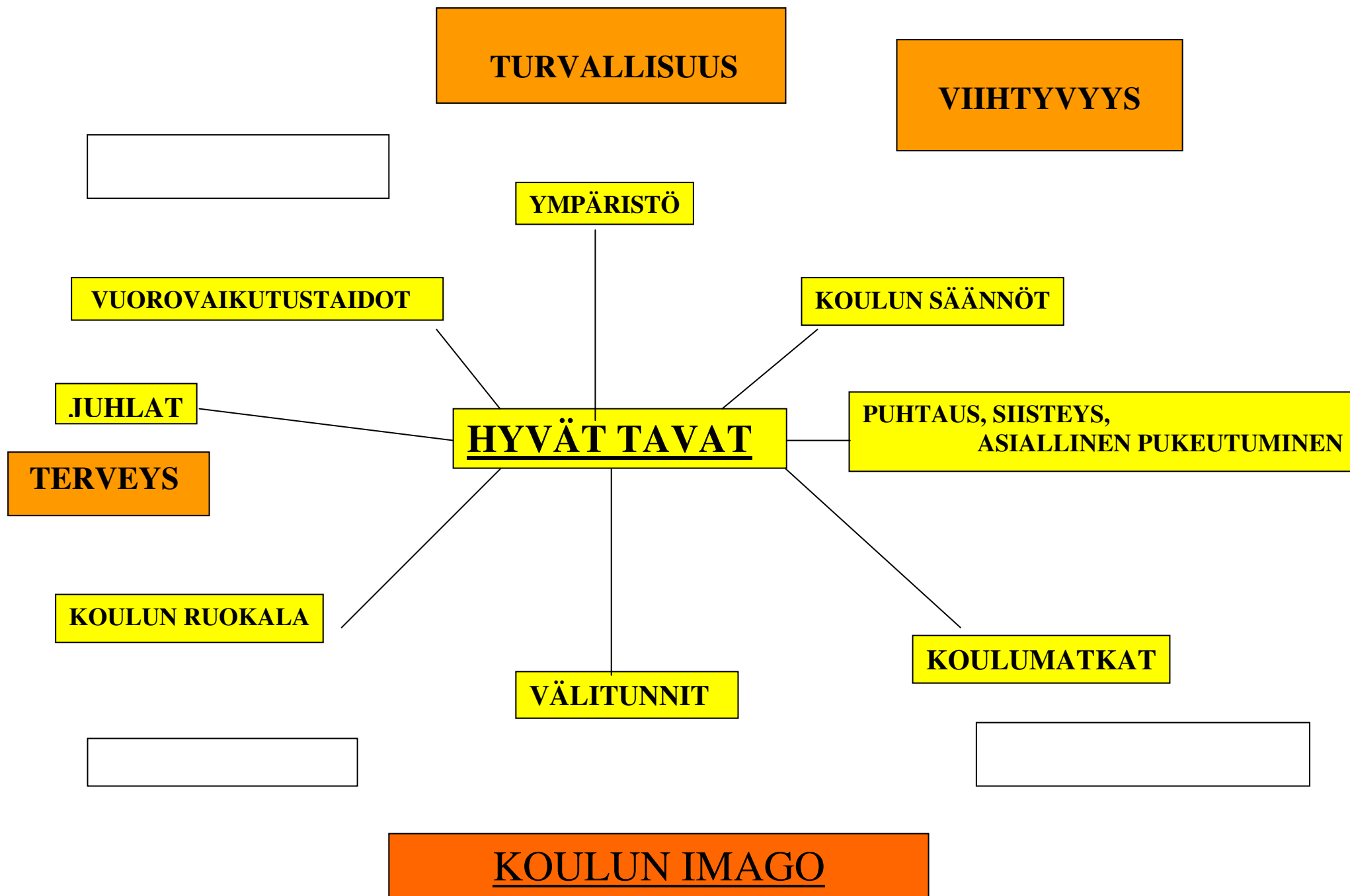
Lähde: Ruokatieto ry. Saatavilla

http://opetus.ruokatieto.fi/Suomeksi/Opettajat/Alakoulu/Mantelimutkan_tapaopas
(luettu 10.6.2010).

5.1 Hyvät tavat –kaavio (seuraavalla sivulla)

Tyhjiin laatikoihin voi koulu kirjata omia mietteitä hyviin tapoihin liittyen.





5.2 Vuorovaikutustaidot (sosiaaliset taidot)

Muiden huomioiminen, kauniit sanat, kuunteleminen, minä ja kaverit

Sosiaaliset taidot määritellään ”sosiaalisesti hyväksyttäväksi opituksi käyttäytymiseksi, joka luo edellytyksiä ihmisen rakentavaan vuorovaikutukseen toisten kanssa. Käyttäytyminen tuottaa positiivisia tuloksia ja auttaa välttämään negatiivisia seurauksia. Sosiaalsiin taitoihin kuuluvat tietyt vuorovaikutustaidot, joista sosiaalisesti taitava henkilö suoriutuu onnistuneesti.” (Kauppila 2000.) Lapsi tarvitsee harjoittelumahdollisuuksia ja paljon toistoja oppiakseen taitavaksi sosiaalisissa tilanteissa (Kauppila 2000).

Sosiaalisten taitojen harjoittelu jaetaan seuraaviin vaiheisiin:

1. **Tiedollinen I. kognitiivinen vaihe.** Tässä vaiheessa hankitaan taustatiedot taitojen oppimiselle sekä luodaan alustavat sisäiset mallit sosiaalisista taidoista.
2. **Taitojen harjoitteluvaihe I. assosiatiivinen vaihe.** Osataitoja harjoitellaan ja yhdistetään toisiinsa. Ohjaus on vielä tietoista, kokeilevaa ja virheitä tapahtuu melko usein. Kokemuksen avulla opitaan vähitellen tapahtuman kokonaisuus.
3. **Opitun taidon vaihe eli autonominen vaihe.** Vähitellen harjoituksen myötä suoritus muuttuu laadukkaammaksi ja helpommaksi. Suorituksesta tulee automaattisempaa ja toimintatavat persoonallisemmiksi (Kauppila. 2006).

Koulussa on otettava huomioon, että monissa taidoissa nuoret ovat vielä 1. ja 2. vaiheessa. Nuoren kanssa tulee käydä läpi tilanteita tiedollisella tasolla, ts. keskustella niistä tilanteista, jotka tuottavat hankaluuksia. Palautteen avulla oppilas voi muokata käyttäytymistään haluttuun suuntaan.

Opettajalle huomioitavaa:

- Harjoittele sosiaalisia tilanteita yhdessä oppilaiden kanssa. Kerro, kuinka tietyssä tilanteessa oppilaan oletetaan käyttäytyvän ja anna hänelle palautetta (yksityisesti) jälkikäteen.
- Mikäli käyttäytyminen jossakin tilanteessa ei ollut sopivaa, käy tilanne jälkikäteen läpi ja pohdi, kuinka vastaavassa tilanteessa kannattaisi toimia tulevaisuudessa.
- Kuvien piirtäminen ja vuorosanojen kirjoittaminen saattaa olla hyvä keino auttaa nuorta ymmärtämään tilanteita toisten näkökulmasta.
- Selvitä ristiriitatilanteet aina!

Lähde: Haastava nuori ja koulunkäynti – opas opettajalle. Saatavilla
<http://www.kalliomaa.net/sosiaalisten-taitojen-vaikeudet.html> (luettu 17.6.2010).



Konfliktin selvittely:

1. Älä jätä asiaa selvittämättä.
2. Älä jätä selvittelyä ensi viikkoon.
→ syy – seuraus –suhde on tärkeä
3. Konfliktissa ensin osapuolet erikseen.
→ Sopiminen vasta sitten, kun se on mahdollisista.
4. Paikalla ollut aikuinen selvittelee.
→ Oppilaat eivät selvitele asioita ilman aikuisia!
→ Sopimiseen on päästävä, riita ei voi jäädä ilmaan.
→ Sopimisen jälkeen on uusi alku, eikä sovittuihin tilanteisiin enää palata!
5. Mitä haastavampi oppilas, sitä tärkeämpää on luottamuksen rakentaminen!

Lähde: Haastava nuori ja koulunkäynti – opas opettajalle. Saatavilla
<http://www.kalliomaa.net/sosiaalisten-taitojen-vaikeudet.html> (luettu 17.6.2010).

Miten suhtautua konfliktiin?

Ihmiset suhtautuvat konfliktitilanteisiin eri tavoin ja suhtautumistapoja voidaan kuvata jakamalla ne viiteen pääryhmään:

Vetäytyvä tyyli	Konfliktia halutaan välttää viimeiseen saakka. Riitely on pahin mahdollinen vaihtoehto, joten on turvallisempaa vetäytyä tilanteesta.
Sovitteleva tyyli	Suhde konfliktiin toiseen osapuoleen on tärkeä, eikä omilla tavoitteilla ole niin merkitystä. Tilanteen sovittelu on tärkeämpää kuin ongelman ratkaiseminen.
Aggressiivinen tyyli	Omat tavoitteet ovat hyvin tärkeitä ja niihin pyritään järkevästi. Päämäärän saavuttamiseksi ihmissuhteet saavat kärsiä
Kompromissityyli	Omat tavoitteet ja ihmissuhteet ovat tärkeitä, mutta eivät mikään kynnyskysymys. Kompromissi on parempi ratkaisu kuin asioiden pohdiskeleminen.
Ongelmanratkaisutyyli	Hyvät ihmissuhteet ja omat tavoitteet ovat tärkeitä, tavoitteena on saavuttaa ratkaisu, joka on kaikille hyödyllinen. Konfliktitilanne ei ahdisti, vaan se on ongelmanratkaisu-tilanne, johon pitää suhtautua avoimin mielin.

Lähde: Jyväskylän yliopisto. Kielikeskus. Miten suhtautua konfliktiin? Saatavilla
http://kielikompassi.jyu.fi/puheviestinta/tietomajakka/maja_viestintaryhmassa_paatoksente_ko_ilmioita.shtml#2 (luettu 17.6.2010).

Anteeksi

Vastuuntunnon kehittymistä edistävä tapa puuttua lasten ja nuorten tekemiin vääryyksiin:
<http://www.kidsskills.org/fin/vastuunportaat/> (luettu 17.6.2010).



5.3 Kuunteleminen

Toisen kanssa keskustellessa ja toista kuunnellessa on hyvä ottaa huomioon joitakin asioita. Tällä tavoin osoitat olevasi hyvä kuuntelija ja keskustelija.

1. Lopeta muut puuhat, kun kuuntelet.
2. Katso puhujaa silmiin, kun kuuntelet.
3. Odota rauhassa omaa puheenvuoroasi, älä keskeytä toisen puhetta.
4. Kysy, jos et ymmärrä kaikkea kuulemaasi.
5. Kuuntele hiljaa, kun joku lukee ääneen vaikka tarinaa.
6. Vaikka tarina ei kiinnostaisi sinua, on kohteliasta olla häiritsemättä muita.
7. Kun itse puhut, puhu selkeästi ja katso kuulijaa silmiin.

KOLMEN KIVEN KESKUSTELU -HARJOITUS

Kun huomaat, että on aika alkaa kehittää uudenlaista kuuntelun kulttuuria, voit ehdottaa hauskaa kuuntelemista parantavaa "kolmen kiven keskustelua". (Jos ryhmä on pieni, niin kiviä voi luonnollisesti olla vaikka viisi.)

Jokaisella keskusteluun osallistuvalla on yhteisen sopimuksen mukaan mahdollisuus käyttää kiven osoittaman määrän mukaisesti aiheeseen tai teemaan liittyviä puheenvuoroja.

Kivien asemesta voidaan luonnollisesti käyttää muitakin pieniä esineitä esim. simpukankuoria, lasihelmiä jne.

Puheenvuoron käyttäjä asettaa oman kivensä piirin keskelle ja muut kuuntelevat hänen ajatuksiaan. Kun kaikki omat puhekivet on käytetty, niin loppukeskustelun aikana on mahdollisuus keskittyä täydellisesti vain toisen kuuntelemiseen.

Lähde: Sivistysliitto Kansalaisfoorumi SKAF ry. Opintokeskus Kansalaisfoorumi.

Avaintoimija.net. Saatavilla http://www.avaintoimija.net/sivu.php?artikkeli_id=28
(luettu 15.6.2010).



KUN EI KUUNNELLA

- Tavoitteena saada kokea, miltä tuntuu, kun ei kuunnella tai kun kuunnellaan.
- Kolmen hengen pienryhmät.
- 30 min.
- Luokkatila, jossa voi istua kolmen hengen piirissä tai tuolit asetettuina kolmen hengen ryhmiksi.
- Kalvo: Kuuntelemisen kultaiset säännöt.

Kuuntelemisen kultaiset säännöt:

- Keskity siihen, mitä toinen sanoo.
- Älä keskeytä. Malttia.
- Katso toista silmiin, kun puhut hänelle.
- Ilmaise myös eleilläsi ja ilmeilläsi, että kuuntelet ja olet kuullut.

Tehtävä:

- Harjoituksen aluksi voidaan keskustella kuuntelemisen taidosta ja katsoa kalvolta Kuuntelemisen kultaiset säännöt.
- Oppilaat istuvat kolmen hengen ryhmissä. Sovitaan, että yksi oppilaista kertoo itselleen tärkeästä asiasta. (Aihe voidaan keksiä yhdessä: harrastus, lemmikkieläin, mitä minulle tapahtui eilen jne.) Kaksi muuta ovat kuuntelijoita, jotka eivät kuuntelekaan, vaan puhuvat aivan jostain muusta kahdestaan. Kertoja kertoo silti koko ajan asiaansa ja yrittää tulla kuulluksi. Harjoitusta jatketaan muutaman minuutin ajan.
- Vaihdetaan osia siten, että jokainen on kertojan osassa kerran ja kuuntelijan osassa kaksi kertaa.
- Harjoituksen jälkeen keskustellaan:
 - Miltä tuntui, kun ei kuunneltu?
 - Mitä teit, jotta olisit saanut itsesi kuulluksi?
 - Mitä tunteita heräsi, ”huonon kuuntelijan” osassa?
- Jatketaan harjoitusta nyt niin, että jokainen saa vuorollaan olla kertojana, mutta nyt toinen kuuntelijoista kuuntelee ja kolmas on tarkkailija.
- Kuuntelija saa eleillään ja ilmeillään osoittaa, että kuuntelee. Hän saa myös kysyä pieniä tarkennuksia. (Nyt en ymmärtänyt, kerro tarkemmin jne.)
- Tarkkailija ei saa puhua mitään kuuntelutilanteen aikana. Hän tarkkailee sekä kertojaa, että kuuntelijaa. Harjoitus kestää muutaman minuutin. Tämän jälkeen tarkkailija kertoo, mitä hän kuuli ja näki: Aila kertoi, että... Matti kuunteli, koska hän (ilmeet, eleet, katsekontakti, tarkentavat kysymykset).
- Vaihdetaan osia siten, että jokainen on kerran kertoja, kuuntelija ja tarkkailija.
- Harjoituksen jälkeen vertaillaan kokemuksia tilanteeseen, jossa oltiin tarkoituksella kuuntelematta.

Lähde: Holste, M., Jeronen, E. & Renfors, T. 1999. Ihminen – terveystkasvatus (kansio). Helsinki: WSOY.



KUUNTELEMISEN KULTAISET SÄÄNNÖT

- ❖ **Keskity siihen, mitä toinen sanoo.**
- ❖ **Älä keskeytä. Malttia.**
- ❖ **Katso toista silmiin, kun puhut hänelle.**
- ❖ **Ilmaise myös eleilläsi ja ilmeilläsi, että kuuntelet ja että olet kuullut.**



KUUNTELULEIKKEJÄ

Toisen ihmisen kuunteleminen on toisen ottamista huomioon, toisen arvostamista, kunnioittamista. tämä vaatii malttia olla puhumatta omia asioita toisen päälle ja kykyä antaa toisen sanoa sanottavansa loppuun. Aktiivinen kuuntelija viestii myös eleillään ja ilmeillään, että on kiinnostunut.

- Kuunteleminen vaatii keskittymistä. Leikin avulla voidaan harjoitella hyvin sekä keskittymistä että kuuntelemista.
- Luokkatilanteessa on vaarana, että keskustelu käydään dialogina opettajan kanssa. Todellinen keskustelu syntyy silloin, kun jokaista kuunnellaan ja puheenvuorot liittyvät toisiinsa. Tässä leikkisikermässä edetään helpoista tehtävistä vaikeimpiin siten, että jatkokertomuksen rakentamisessa täytyy keskittyä edellisten kuuntelemiseen ja kuullun jakamiseen.
- Tavoitteena ymmärtää, että kuunteleminen vaatii keskittymistä ja halua kuulla sekä opetella tarkkaa kuuntelemista leikkien.
- Koko luokka tai ryhmä oppilaita.
- 30 min.

Tehtävä:

- Lue oppilaille ennen yhteisiä leikkejä (seuraavalla sivulla) katkelma Timo Parvelan kirjasta *Ella teatterissa*:
Ensimmäisen luokan oppilaat ovat teatterissa seuraamassa näytelmää *Punahilkasta*. Seuraava katkelma kertoo, mitä katsomossa tapahtuu:
 - *Minun täytyy käydä vessassa, kertokaa eteenpäin opettajalle, Pate kuiskasi minulle. Pate istui aivan toisessa päässä riviä kuin opettaja.*
 - *Paten täytyy mennä vessaan, kerro opettajalle, minä kuiskasin Sampalle.*
 - *Pate löytyy vessasta, kerro opettajalle, Samppa kuiskasi Hannalle.*
 - *Pate pyörtyi vessaan, herra opettaja, Hanna kuiskasi Tuukalle.*
 - *Pate pyrkii pressaksi, herra hoputtaja, Tuukka kuiskasi Tiinalle. Ja kaikki muutkin kuiskivat toisilleen, kunnes viimein rivin viimeinen kuiskasi opettajalle:*
 - *Pate voitti euroviisut.*
 - *Hiljaa te kaikki! sihahti opettaja ja me tietysti rupesimme nauramaan, sillä viesti oli muuttunut matkalla tosi paljon. Harmi, ettei Pate ollut sitä kuulemassa. Hän oli nimittäin mennyt vessaan.**Timo Parvela, Ella teatterissa, Tammi 1996*
- Mikä tuttu leikki luetusta tulee mieleen?
- Miksi esitetyssä tilanteessa ihan oikeasti oli vaikea kuulla kaverin viestiä?

Lähde: Holste, M., Jeronen, E. & Renfors, T. 1999. Ihminen – terveyskasvatus (kansio). Helsinki: WSOY.



ARVAA KUKA PUHUI? Tehtävä 1

Pyydä oppilaita istumaan luokan perälle lattialle yhtenäiseksi ryhmäksi. Pyydä yhtä oppilaista menemään luokan etuosaan seisomaan siten, että hän peittää silmänsä ja kääntää selkensä ryhmälle. Osoita jotain ryhmäläisistä. Hänen tulee sanoa selkensä kääntäneelle kuuntelijalle esim. *Hyvää huomenta, Tanja!* tai *Hyvää päivä tänään, Tanja!* Seuraavaksi eteen menee se, joka oli äsken äänessä. Hän peittää silmänsä ja nyt puhuu joku toinen. Leikki jatkuu, kunnes kaikki ovat saaneet toivottaa toisilleen ystävällisen tervehdyksen.

MUMMONI TULI AMERIKASTA Tehtävä 2

Istutaan piirissä luokassa. Ensimmäinen oppilas aloittaa: Mummoni tuli Amerikasta ja toi tuliaisina ...potkupallon...seuraava jatkaa toistamalla jo sanotun ja lisäämällä oman tuliaisensa: Mummoni tuli Amerikasta ja toi tuliaisina potkupallon ja vesimelonin. Leikki jatkuu edelleen. Seuraava luettelee kaikki aiemmat tuliaiset ja lisää niihin omansa. Opettaja voi viimeisenä toistaa kaikki tuliaiset.

Leikin lopuksi pohditaan yhdessä, miksi pitkäkin tuliaislista on melko helppo muistaa. Millaista kuuntelemista muistaminen edellyttää? Mitkä muut seikat helpottavat muistamista?

JATKOKERTOMUS: HYVÄ PUOLI TÄSSÄ ON.. HUONO PUOLI TÄSSÄ ON.. Tehtävä 3

Oppilaat istuvat piirissä. Tarkoituksena on keksiä yhteinen jatkokertomus siten, että oppilaat jatkavat vuorotellen kertomusta kertomalla edelliseen puheenvuoroon liittyvän uuden hyvän/huonon puolen. Opettaja voi selventää asiaa esimerkiksi seuraavasti:

- Opettaja: *Matti ja Maija sekä heidän vanhempansa asuivat pienen pienessä talossa pienen pienessä kylässä kaukana suuren joen rannalla. Koko perhe oli hyvin onneton.*
- Oppilas 1: *Hyvä puoli tässä on, että he aikoivat muuttaa suurempaan asuntoon lähiaikoina.*
- Oppilas 2: *Huono puoli tässä on, että suuri tulva on vienyt sillan eikä muuttoauto pääse perille hakemaan muuttokuormaa.*
- Oppilas 3: *Hyvä puoli tässä on, että perheen isä on ammatiltaan sillanrakentaja.*
- Oppilas 4: *Huono puoli tässä on, että isä on joutunut myymään kaikki työkalunsa rahapulassa kyläläisille.*

Opettaja alkaa uuden kertomuksen, esim. Leena ja Lasse ovat sisaruksia. Heidän isovanhempansa aikovat muuttaa ensi viikolla lasten kodin lähellä olevaan taloon.

Oppilas: Hyvä puoli tässä on..

Oppilas: Huono puoli tässä on... jne.

Lähde: Holste, M., Jeronen, E. & Renfors, T. 1999. Ihminen – terveystkasvatus (kansio). Helsinki: WSOY.



5.4 Tilanteen mukainen käyttäytyminen

Koulussa

- opettajainhuone
- kanslia
- terveydenhoitaja
- myöhästyminen
- juhlat

Asioilla

- kauppa
- pankki
- posti
- puhelimessa
- tietokonekäyttäytyminen
- kirjasto

Vieraisilla

- toiset koulut
- näyttelyt
- teatteri
- urheilutapahtumat
- uimahalli

Muistilista

- Ota selville etukäteen tilaisuuden tai paikan käyttäytymis- tai toimintasäännöt. Kertaa ne oppilaiden kanssa ennen tilaisuutta.
- Kun menet juhliin tai johonkin tilaisuuteen, osoitat huomaavaisuutta järjestäjiä kohtaan hyvällä käyttäytymisellä:
 - ole ajoissa paikalla
 - esityksissä keskity kuuntelemiseen ja katselemiseen, vasta esityksen jälkeen on kohteliasta keskustella mielenkiintoisista ohjelmanumeroista
 - tervehdi ja katso silmiin
 - huomioi toiset ja hoida omat asiasi reippaasti
 - muista kiittää ja tarvittaessa pyytää anteeksi
 - kertaa oppilaiden kanssa tilaisuuden pukeutumissäännöt



OSAANKO MINÄ KÄYTTÄYTYÄ?

Testaa taitosi ja merkitse rasti (X) oikean vaihtoehdon kohdalle.

	kyllä	ei
1. Noudatan koulun sääntöjä.	()	()
2. Toimin ohjeiden mukaan.	()	()
3. Olen rehellinen:		
- en ota luvatta toisten tavaroita	()	()
- puhun rehellisesti, en valehtele.	()	()
4. Osaan pyytää anteeksi.	()	()
5. Osaan kiittää.	()	()
6. Tervehdin.	()	()
7. Osaan kuunnella sekä keskustella.	()	()
8. Pyydän apua ja kysyn neuvoa tarvittaessa.	()	()
9. En häiritse toisia puhumalla yksin.	()	()
10. Osaan olla hyvä kaveri, en kiusaa.	()	()
11. Pukeudun tilanteen mukaan.	()	()
12. Pukeudun puhtaisiin vaatteisiin.	()	()
13. Ruokailen siististi ja kauniisti.	()	()
14. Olen ajoissa paikalla, toisten ei tarvitse odottaa minua.	()	()

Laske, montako kyllä ____ ja ei ____ -vastausta sait.

Jos ei -vastauksia on enemmän kuin kyllä -vastauksia, sinun kannattaa miettiä miten voisit parantaa käytöstäsi. Mieti myös, miten hyvä käytös vaikuttaa asemaasi kaveripiirissä.

Hienoa, jos suurin osa vastauksistasi on kyllä. Hyvä käytös saa sinut itsesi ja lähimmäisesi hyvälle tuulelle.

Lähde: Duunioppi.net. Saatavilla: <http://www2.edu.fi/duunioppi/index.php?id=52>
(luettu 7.5.2010).



5.5 Ruokailu

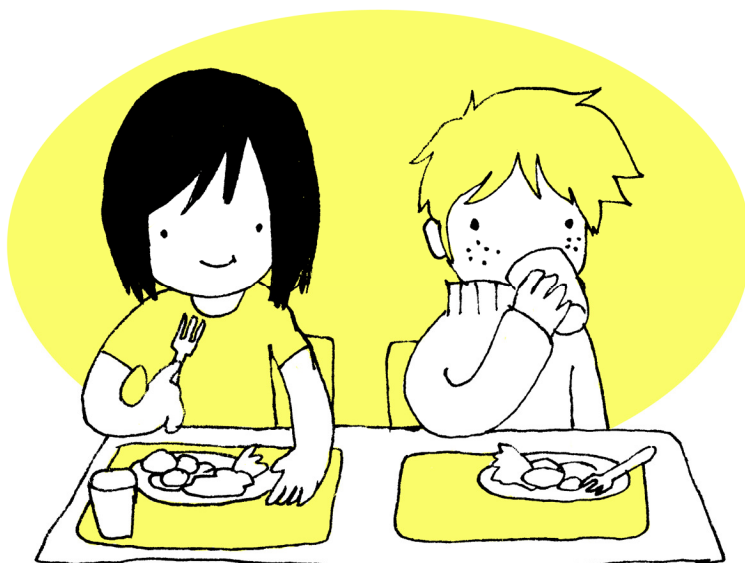
- käsien peseminen
- rauhallinen odottaminen ja jonottaminen sekä asiallinen käyttäytyminen
- itselle sopivan ruoka-annoksen ottaminen
- monipuolisen annoksen ottaminen ja uusien makujen opetteleminen
- asianmukainen istuminen ruokailun aikana
- ruokailuvälineiden käyttäminen
- siisti ja reipas ruokaileminen
- rauhallinen keskustelu ruokailun aikana samassa pöydässä istuvien kanssa
- puhuminen vasta, kun suu on tyhjä
- sen opetteleminen, että ruokaa ei tarvitsisi viedä biojäteastiaan
- astioiden palauttaminen siististi palautuspisteeseen
- ruoasta kiittäminen
- toimiminen ruokailun jälkeen opettajan ohjeiden mukaan: siirtyminen välitunnille tai luokkaan työskentelemään

Finnfoodin tuottamat, alakoulun opetukseen tarkoitetut

Aikaa ruualle –teemakortit tämän kansion seuraavilla sivuilla. Saatavilla

[http://opetus.ruokatieto.fi/Suomeksi/Opettajat/Alakoulu/Aikaa ruualle -kortit](http://opetus.ruokatieto.fi/Suomeksi/Opettajat/Alakoulu/Aikaa_ruualle_kortit)

(luettu 7.5.2010).



AIKAA RUUALLE

- erilaisissa ruokakulttuureissa

Kortissa kuvataan katu-, jonka varrella on paljon erilaisia, eri ruokakulttuurien ruokia tarjoavia ruokapaikkoja.

Mitä eri ruokakulttuureja edustavia ruokapaikkoja näet kuvassa?

Mitä tarkoittaa sana ruokakulttuuri?

Mitä eroa on suomalaisen ruuan ja muiden maiden ruokien välillä?

Minkälaisia ulkomaisia ruokia olet itse syönyt ravintoloissa tai matkoilla?
Mitä ne maistuivat? Mistä raaka-ainekista ne oli valmistettu?

Mitä juomia nautitaan ruuan kanssa eri maissa?

Mitä ruuat ovat lihtaisin Suomesta?

Mistä tietää, mikä ruoka on suomalaista?

Ketä ovat kuvassa kadulla linkkuvat ihmiset ja mitä ruokaa luulet heidän haluavan syödä?

Minkä ruokapaikan sinä itse valitsit, miksi?

AIKAA RUUALLE - kaupassa

Kortissa kuvataan ostotilannetta ruoka-kaupassa.

Mitä ruokia tavallisesti ostetaan kaupasta?

Mistä tietää mitä pitää ostaa?
Tarvitaanko ostoslistaa?

Mistä ruuat tulevat kaupan hyllyille?

Kuka käy kaupassa ruokaostoksilla?

Mitä kaikkea tietoa pakkauksista voi lukea?

Mitä ruoka maksaa? Mitkä ruuat ovat kalliita, mitkä edullisia, miksi?

Käytkö sinä ruoka-kaupassa? Mitä ostat, miten toimit?

Ruulla on suuri merkitys sosiaalisen hyvinvoinnin ja yhteisöllisyyden lähteenä. Annetaan siis aikaa ruualle ja vietetään yhteisiä ruokailuhetkiä niin usein kuin mahdollista.



FINFOOD - Suomen Ruokailutieto ry

Venäjänkatu 4, PL 109, 01301 Vantaa

Arvokas on jokainen ruoka - ja ruokailuhetki elämässä.



Finfodin tuottamat, alkoulun opetukseen tarkoitetut Aikaa ruualle -teemakorit esittävät monenlaisia ruokailuun liittyviä tilanteita. Ne kannustavat puhumaan vaihtelevista ja valinnoista, käyttäytymisestä ja toisten huomioonottamisesta. Korttien avulla eri aineiden opettajat voivat käsitellä ruoka-aiheita yhdessä lasten kanssa. Kuvakorit soveltuvat myös vanhempiainlojen pienryhmäkeskustelujen avaamiseen.

Keskustelkaa esimerkiksi näistä:

AIKAA RUUALLE - päivän ateriat

Kortissa kuvataan koululaisen suosittavat päivän ateriat: aamiainen, koululounas, iltapäivän välipala, päivällinen kotona ja iltapala.

Mihin aikaan sinä yleensä syöt päivän ateriat?

Oletko joskus unohtanut syödä, miltä silloin tuntui?

Mitä tuntuu kun on kiljuva nälkä?

Kuinka monta kertaa päivässä pitäisi syödä?

Miksi kannattaa syödä niin usein?

Millainen on hyvä aamiainen, lounas, välipala, päivällinen ja iltapala?

Mitä seurauksia on siitä, jos pitkin päivää syö paljon makeita välipaloja kuten karkkeja ja limsaa?

AIKAA RUUALLE - kotona

Kortissa kuvataan perheen arkipäivän ruokailutilannetta. Kerro, mitä sinä tapahtuu.

Keitä on syömässä?

Kuka on laittanut ruuan?

Minkälaista ruokaa arkena syödään kotona?

Mistä asioista ruokapätydässä keskustellaan?

Kuka siivoaa jäljet?

Miten voisit itse osallistua ruokailutilanteeseen kotona?

Kun ruokailutilanne rauhoittuu niin koulussa kuin kotona, ruuan sosiaalinen merkitys kasvaa, mikä lisää hyvinvointia.

FINFOOD



AIKAA RUUALLB

- koulun ruokajonossa

Kortissa kuvataan koulun ruokajonoa. Kerro, mitä kaikkea sinä tapahtuu

Miten ruokajonossa toimitaan?

Kuinka paljon ruokaa on sopivasti?

Millainen on hyvä annos?

Mistä tietää paljonko jaksaa syödä?

Millä ruualla nälkä lähtee? Mitkä ovat sinun lempiruokiasi?

AIKAA RUUALLB

- koulun ruokalassa

Kortissa kuvataan ruokailutilannetta koulussa.

Miltä koulun ruokalassa ruokailutilanne näyttää, tuoksuu, maistuu, kuulostaa?

Mikä koulun ruokahetkessä on parasta, mitä pitäisi muuttaa?

Miten otamme huomioon toiset?

Mikä muu on ruokailussa tärkeää kuin nälän taltuttaminen?

Mistä aiheista sinun mielestäsi on mukava keskustella ruokapöydässä?

AIKAA RUUALLB

- kouluruokailun päätteksi

Kortissa kuvataan astioiden palautusta ja jätteiden lajittelua koulun ruokalassa.

Mistä ruoka on koululle tullut?

Ketkä kaikki ovat tehneet työtä, jotta saamme valmiin kouluruuan?

Miksi sanotaan, että ruokaa ei saisi jättää?

Kuinka käsitellään ruuasta?

Miksi jätteet pitää lajitella?

Minne jätteet menevät?

Kuinka sinä toimit sen jälkeen kun olet syönyt?

Jo ruuan raaka-aineiden valinta, ruuan valmistus, pöytään kutsun odotus, erilaisten ruokojen, värien ja makuja aistiminen sekä hyvät pöytätavat ja miellyttävät keskusteluaiheet ovat osa ruokakulttuuria.

AIKAA RUUALLB - välipalalla

Kortin kuvassa poika etsii sopivaa iltapäivän välipalaa kotona jääkapista.

Kerro mitä muuta kuvassa tapahtuu?

Mitä ruokia näet jääkaapissa ja pöydällä?

Mitä ruokia pojan pitäisi valita, että välipala olisi hyvä?

Milloin koululaisen pitää syödä välipalaa?

Onko teidän koulussanne tarjolla hyvä välipala?

Miksi ei maketa mahan täydeltä?

Millaisen välipalan osaat itse valmistaa?

AIKAA RUUALLB - juhliassa

Kortissa kuvataan ihmisiä kokoontuneina katetun juhlapöydän ympärille.

Milloin vietetään juhlia, ketä silloin on paikalla?

Mikä on juhlaruokaa ja kuinka sitä syödiin?

Miten juhlaruokailu eroaa arkiruokailutilanteesta?

Luettele erilaisia juhlia ja niissä tarjottavia ruokia?

Miksi ruoka on juhliassa tärkeää?

Kuinka juhlapöydässä käytäydtyään?

Miten ravintolassa ruokaillaan?

Minkälaiset juhlat haluaisit järjestää?

AIKAA RUUALLB - sairaana

Kortissa kuvataan sairaalan vuodesaaston ruokailutilannetta.

Kerro, mitä kuvassa tapahtuu.

Mikä on kuvan paikka ja ketä siellä näkyy?

Minkälaista on olla sairaana, onko silloin nälkä ja miltä ruoka maistuu?

Oletko käynyt vierailulla sairaalassa tai vanhainkodissa?

Minkälaista ruokaa sairaalassa tarjotaan?

Miksi sairaanakin pitää syödä?

Minkälainen ruoka tai juoma maistuu sairaana parhaiten?

Miten sairaasta voi auttaa?

Oletko itse ollut sairaalassa potilaana?

Mitä silloin söit ja joit, maistuiiko?

Ruoka on hyvä syy kokoontua yhteen - ruualla annettu aika ja arvostus voivat lisätä myös perheen yhteistä aikaa ja perheen jäsenten yhteenkuuluvuutta.

5.6 Puhtaus, siisteys ja asiallinen pukeutuminen

Puhtaus ja terveys kulkevat käsi kädessä. Puhtauteen eli hygieniaan kuuluu:

- peseytyminen
- sairauksien ennaltaehkäiseminen
- hammashoito
- vaatetuksesta huolehtiminen

Terveyden kannalta tärkeitä puhtausohjeita ovat:

- Pese kädet ja muutkin ruumiinosat säännöllisesti. Kuivaa ne pesun jälkeen huolellisesti. Flunssa-aikaan käsien pesu kannattaa tehdä usein tartuntojen välttämiseksi. Ennen ruokailua kädet pestään aina hyvin.
- Leikkaa sekä sormien että varpaiden kynnet huolellisesti ja pidä ne puhtaina. Näin varpaiden kynnet eivät pääse kasvamaan kivuliaasti ihon sisään.
- Korvat ja korvaläivitykset tulee puhdistaa hyvin tulehdusten ehkäisemiseksi.
- Pesemällä hiukset tarpeeksi usein ehkäiset hiuspohjan kutiamista, rasvoittumista ja hilseilyä. Shampoon voi laimentaa, sillä liian voimakkaana se kuivattaa ihoa ja saattaa aiheuttaa hilseilyä.
- Vaatteiden pesulla ja vaihdolla ehkäiset epämiellyttävän hien ja lian hajun. Varsinkin liikunnan jälkeen peseytyminen ja puhtaiden vaatteiden vaihto on erityisen tärkeää.
- Jos olet saanut haavan tai sinulla on tikkejä, käytä niiden puhdistamiseen antiseptistä puhdistusnestettä, jota saa apteekista.
- Myös hampaiden hoito on tärkeää. Siihen kuuluu hampaiden harjauksen lisäksi säännölliset hammaslääkäritarkastukset karieksen ja reikiintymisen ehkäisemiseksi. Reikien kautta monet bakteerit pääsevät elimistöön ja aiheuttavat siellä tulehduksia ja sairauksia. Säännöllinen ksylitolituotteiden käyttö ehkäisee reikiintymistä.



TEHTÄVÄ 1: PESEYTYMISSELVITYS

- Oppilaat tekevät peseytymisselvityksen (sivun alareuna).
 - Kun jokainen oppilas on vastannut nimettömänä peseytymistestin kysymyksiin, laaditaan yhdessä luokan peseytymiskäyrä siten, että x-akselille tulee suihkukertojen määrä ja y-akselille oppilaiden määrä. Voit piirtää käyrän taululle.
 - Mitä voitte käyrästä päätellä?
 - Keskustellaan peseytymisestä ja hygieniaan liittyvistä asioista.
-

PESEYTYMISSELVITYS–kyselylomake

Oheinen peseytymisselvitys on salainen. Sinun ei tarvitse näyttää sitä eikä kertoa siitä kenellekään. Rastita käyttäytymisesi mukaisesti:

1. Kuinka usein käyt suihkussa tai saunassa? 3. Kuinka usein peset hiuksesi?

- ☐ joka päivä
- ☐ joka toinen päivä
- ☐ 2-3 kertaa viikossa
- ☐ kerran viikossa

- ☐ joka päivä
- ☐ joka toinen päivä
- ☐ 2-3 kertaa viikossa
- ☐ kerran viikossa

2. Millaista saippuaa käytät?

- ☐ suihkusaippuaa
- ☐ lääkesaippuaa
- ☐ tuoksusaippuaa
- ☐ en mitään

4. Millaista sampoota käytät?

- ☐ kuiville hiuksille tarkoitettua
- ☐ rasvaisille hiuksille tarkoitettua
- ☐ normaalille hiuksille tarkoitettua
- ☐ hilsesampoota



TEHTÄVÄ 2: SAIPPUA- JA SHAMPOOMAINOKSET

- Oppilaat etsivät pareittain lehdistä erilaisia pesuainemainoksia.
- Mainokset leikataan ja liimataan yhteiselle paperille.
- Jokainen pari pohtii omien mainostensa houkuttelevuutta ja tarkoituksia nuorten kannalta: Miten on huomioitu nuoret ostajat?
- Tutkitaan myös tuoteselosteita: Millainen on pH? Onko se ihon/hiusten kannalta sopiva?
- Mainokset esitellään muille ja keskustellaan mainostajien tarkoituseristä.

TEHTÄVÄ 3: TÄIJAHTI

- Opettaja näyttää oppilaille joitakin kuvia erilaisista hyönteisistä. Keskustellaan esim. hyönteisten tuntomerkeistä.
- Oppilaat jaetaan pieniin ryhmiin ja ryhmät alkavat etsiä tietoa täistä: tuntomerkit, ravinto, lisääntyminen, haitallisuus ym.
- Tiedot kirjoitetaan ylös paperille.
- Lopuksi tarkastellaan, millaisia tietoja ryhmät ovat täistä löytäneet ja pohditaan, miten täiden leviämistä voidaan ehkäistä koulussa.

TEHTÄVÄ 4: KÄSIHYGIENIA

- Oppilaat laativat pareittain mainoksen käsien hoidosta. Apuna voi käyttää oheista tietoiskua:
”Monet tartuntatauteja aiheuttavat mikrobit leviävät ihmisestä toiseen käsien välityksellä. Käsien hoidossa tulee kiinnittää erityisesti huomiota kynsien ja ihon kuntoon. Kynnet leikataan lyhyiksi ja kynnenalukset puhdistetaan säännöllisesti. Likaisissa töissä käytetään suojakäsineitä. Kädet pestään saippualla runsaassa vedessä. Pesun jälkeen kädet kuivataan huolellisesti. Kädet voidaan myös rasvata, jos iho tuntuu kuivalta.”
- Mainos suunnitellaan ensin pienoiskoossa ja tehdään sitten näyttävä juliste, joita voi laittaa esille esim. koulun wc-tilojen yhteyteen.



MILTÄ NÄYTÄN PEILIN EDESSÄ?

Testaa taitosi ja merkitse rasti (x) oikean vaihtoehdon kohdalle.

	kyllä	ei
1. Pörröttääkö hiukseni?	()	()
2. Seisonko hartiat kumarassa?	()	()
3. Näkyykö suupielissäni aamupalan ruuantähteet?	()	()
4. Ovatko paitani ja housuni ryppyiset ja tahraiset?	()	()
5. Ovatko kynteni alustat mustat?	()	()
6. Haiseeko sekä vaatteeni että minä?	()	()

Jos vastauksesi ovat "**kyllä**", mene pesulle ja vaihda puhtaat vaatteet.

Jos vastauksesi ovat "**ei**", näytät hyvännäköiseltä ja voit olla itseesi tyytyväinen.

Lähde: Duunioppi.net. Saatavilla: <http://www2.edu.fi/duunioppi/index.php?id=52>
(luettu 7.5.2010).



Asiallinen pukeutuminen koulussa

Koulu on oppilaan ja koulun henkilökunnan työpaikka, joten koulussa tulee pukeutua asiallisesti ja tilanteen mukaisesti. Joissakin tilanteissa pukeutuminen vaikuttaa turvalliseen suorittamiseen ja se tulee ottaa huomioon.

Keskustelkaa, millaisia vaatteita kouluun ei pueta (esim. napapaidat, minihameet, loukkaavat tekstit paidassa).

Pukeutumiskäytännöt koulussa:

- säänmukainen välituntipukeutuminen
- omista vaatteita huolehtiminen (esim. kengät pois sisälle tullessa, sisäkengät, vaatteet naulakkoon)
- eri oppitunteihin sopiva pukeutuminen
 - kuvataide ja käsityöt: ei helposti sotkeutuvia vaatteita
 - tekninen työ: työturvalliset vaatteet (esim. ei roikkuvia hihoja, ”pompula” pitkille hiuksille)
 - liikunta: asialliset liikuntavarusteet eri lajeihin (peseytymismahdollisuus?)
 - retket: retken luonteeseen ja säähän sopiva varustus



OLENKO MESTARIPUKEUTUJA?

Testaa taitosi ja merkitse rasti (x) oikean vaihtoehdon kohdalle.

	kyllä	ei
1. Pukeudun kouluun, juhlaan ja vapaa-aikaan tilanteen vaatimalla tavalla.	()	()
2. Laitan illalla seuraavan päivän vaatteet valmiiksi.	()	()
3. Vaihdan vaatteeni tarvittaessa.	()	()
4. Pukeudun puhtaisiin vaatteisiin.	()	()
5. Pukeudun sään mukaan oikein.	()	()
6. Minulla on koulupäivän mukaiset vaatteet.	()	()
7. Säilytän ulkovaatteita niille varatussa paikassa.	()	()
8. Minulla on tarpeeksi vaatteita.	()	()

Minkälaisia erilaisia vaatteita tarvitsen koulussa, vapaa-aikana ja juhlissa:

Laske, montako kyllä _____ ja ei _____ -vastausta sait.

Jos ei -vastauksia on enemmän kuin kyllä -vastauksia, kannattaa sinun kerrata ja opetella pukeutumiseen liittyviä asioita käytännön tilanteissa.

Lähde: Mukaillen Duunioppi.net. Saatavilla <http://www2.edu.fi/duunioppi/index.php?id=43> (luettu 7.5.2010).



5.7 Hyvät tavat välitunnilla ja koulumatkoilla

Välitunnilla toimitaan koulussa sovittujen välituntisääntöjen mukaan. Sääntöihin tutustutaan yhdessä ja keskustellaan sääntöjen merkityksestä ja turvallisuudesta.

- välitunnille siirtyminen ja sisään tuleminen (milloin? mistä ovesta? kenkien pyyhkiminen sisään tullessa)
- pakkasraja?
- välituntialueella pysyminen
- pyörien säilytys
- toisten mukaan ottaminen leikkeihin
- ilmoittaminen välituntivalvojalle esim. vahingoista ja kiusaamisesta
- tappeleminen, töniminen ja ärsyttäminen eivät kuulu yhteisiin leikkeihin
- ympäristön siisteydestä ja istutuksista huolehtiminen
- välituntileikkivälineistä huolehtiminen (esim. Kuka tuo pallon sisälle?)
- erilaisiin peleihin ja leikkeihin liittyvien sääntöjen huomioiminen
 - pallopelit (missä pelataan? välineet ja niiden säilytys? mailapelit? mitä välineitä saa tuoda kotoa?)
 - liukumäkisäännöt
 - leikkitelinesäännöt

Koulumatkoilla noudatetaan yleisiä liikennesääntöjä, joihin tutustutaan oppitunneilla. Turvallisen koulureitin valitsemista korostetaan.

- Koulumatkoilla käytetään pyöräiltäessä AINA pyöräilykypärää.
- Ketkä saavat tulla pyörällä kouluun?
- Koulumatkalla ei viivytellä tarpeettomasti tai poiketa muualle. (Koulun vakuutus on voimassa vain kodin ja koulun välisellä matkalla. Koulun vakuutus ei korvaa oppilaalle sattunutta vahinkoa, jos oppilas on poikennut koulumatkallaan esim. kaverin luokse.)
- Koulumatkaa koskee samat toisten ja ympäristön huomioimiseen liittyvät hyvät tavat, kuin koulussakin. (Esim. koulumatkalla tapahtuvaa kiusaamista käsitellään koulussa.)



5.8 Linkkivinkit, tapapassi ja tapadiplomi

Tekemistä verkossa

Nettipeili, <http://www.arlainst.fi/nettipeili/esittely.html> (luettu 7.5.2010), on Arlainstituutin palvelu, joka antaa vastauksia monenlaisiin tapatietoutta ja käyttäytymistä koskeviin kysymyksiin. Nettipeilissä on verkossa tehtäviä harjoituksia kehonkielestä ja vuorovaikutuksesta, käytöstapatesti sekä puhtaudesta, siisteydestä ja vaatetuksesta. Nämä harjoitukset sopivat parhaiten 5.-6. -luokkalaisille.

Aikaa ruualle, [http://opetus.ruokatieto.fi/Suomeksi/Opettajat/Alakoulu/Aikaa ruualle_-kortit](http://opetus.ruokatieto.fi/Suomeksi/Opettajat/Alakoulu/Aikaa_ruualle_-kortit) (luettu 7.5.2010), on Ruokatiedon opetusmateriaali alakouluille ruokakulttuurista ateriointiin liittyvistä tilanteista. Ruokatiedon sivuilta voi tulostaa kymmenen korttia, joiden pohjalta voidaan keskustella valinnoista, käyttäytymisestä ja muiden huomioonottamisesta. Korteissa on ruokailutilanteita mm. kotona, koulussa, välipalalla, sairaana ja juhlissa. Kortit soveltuvat 1.-6. -luokkalaisille eikä lukutaito ole edellytyksenä. Korttien käyttöohjeet on mukana tässä aineistossa (luku 5.4).

MLL:n Muumien tietoiskut, <http://www.mll.fi/kasvattajille/tapakasvatus/> (luettu 7.5.2010), on Mannerheimin lastensuojeluliiton tuottama tietoiskusarja tapakasvatukseen. Videoleikkeiden avulla voidaan esimerkiksi keskustella oppilaiden kanssa asioista tai käyttää aiheeseen virittäytymiseen. Tapakasvatusseura on palkinnut muumitietoiskut vuonna 2007 Vuoden Tapateko-tunnustuksella.

Wellou, [http://www.wellou.fi/lapset/?p=lapset liikunta etusivu&m=3](http://www.wellou.fi/lapset/?p=lapset_liikunta_etusivu&m=3) (luettu 7.5.2010), on ensisijaisesti sivusto liikunnasta, levosta ja unesta, mutta ruoka & ravitsemusosiossa on sekä 6-9 että 10-12 -vuotiaille vuorovaikutteinen peli ruokailutavoista. Opettajan osuudessa on vinkkejä Wellou-palvelun käyttöön.

Opetuksen tueksi

Tarinanetti <http://www.tarinanet.net/> (luettu 7.5.2010) on draamapedagogiikkaan perustuvia terveystiedon opetusmenetelmiä alakouluikäisille. Tarinavirta-osiosta löytyy valmiit esimerkkitunnit muun muassa ruokailutavoista 3.-4. -luokkalaisille, ystävyydestä, toisten huomioimisesta ja auttamisesta 3.-4. -luokkalaisille sekä hyvistä tavoista ja suvaitsevaisuudesta 5.-6. -luokkalaisille.

Tapaseuran nettisivuilta <http://www.tapaseura.fi/> (luettu 7.5.2010) löytyy tietoa tapaseurasta sekä tapakouluttajien yhteystietoja. Linkkivinkeissä on aiheita pukeutumisesta aina kunniamerkkien kantamiseen asti.

Kehonkielitestit: <http://www.arlainst.fi/nettipeili/kehotesti.htm> (luettu 7.5.2010).

Tunnetko hyvät tavat? –testi: www.arlainst.fi/nettipeili/tapatesti.htm (luettu 7.5.2010).

Koulu ja hyvät tavat: <http://kotisivu.lumonetti.fi/at242/koulu.htm> (luettu 7.5.2010).



Tapapassi



Ota hyvät tavat käyttöön!

Tämän tapapassin avulla pystyt arvioimaan omaa käyttäytymistäsi niin kotona kuin koulussa. Tapapassin täytettyä voit tulostaa osoitteesta www.ruokatieto.fi/opetus itsellesi hienon diplomin, joka kertoo, että sinulla alkaa olla hyvät tavat hallussa!

Koulu alkaa:

Olen syönyt aamiaisen joka aamu kuukauden ajan:

- ☐ joka päivä
- ☐ melkein joka päivä
- ☐ hups, unohtui aika monta kertaa

Olen ollut hyvä kaveri kaikille:

- ☐ joka päivä
- ☐ melkein joka päivä
- ☐ vähän liian harvoin

Kouluruokailu:

Olen ottanut ruokaa sen verran mitä olen jaksanut syödä:

- ☐ joka päivä
- ☐ melkein joka päivä
- ☐ harvemmin

Olen muistanut kiittää:

- ☐ joka päivä
- ☐ melkein joka päivä
- ☐ harvemmin

Olen muistanut pestä kätet ennen ruokailua:

- ☐ joka päivä
- ☐ melkein joka päivä
- ☐ harvemmin

Syksyn juhlat:

Olen muistanut tervehtiä tapaamiani henkilöitä:

- ☐ joka päivä
- ☐ melkein joka päivä
- ☐ harvemmin

Tästä lähtien sitoudun käyttäytymään juhlissa hillitysti ja hyvin

- ☐ kyllä
- ☐ en

Olen uskaltanut maistella uusia ruokia

- ☐ kyllä
- ☐ silloin tällöin
- ☐ en

Pukeudun myös arkena siististi ja sään mukaan

- ☐ joka päivä
- ☐ melkein joka päivä
- ☐ harvemmin

Koulu loppuu:

Olen muistanut siivota oman työpisteeni kotona ja koulussa

- ☐ joka päivä
- ☐ melkein joka päivä
- ☐ harvemmin

Päiväys ja opettajan allekirjoitus

Lähde: http://opetus.ruokatieto.fi/Suomeksi/Opettajat/Alakoulu/Mantelimutkan_tapaopas (luettu 10.6.2010).





Tapadiplomi

_____ on suorittanut lukuvuoden _____ aikana

Tapapassin hyväksytyksi, ja siten hän saa siitä todistukseksi tämän diplomin.

Tapapassia suorittaessaan _____ on ottanut toiset huomioon, käyttäytynyt hyvien tapojen mukaisesti ja on osoittanut olevansa valmis uusiin haasteisiin niin arjessa kuin juhlassa.

Mantelimutkan koulun väki
Mantelimutkan koulun väki

Lähde: http://opetus.ruokatieto.fi/Suomeksi/Opettajat/Alakoulu/Mantelimutkan_tapaopas (luettu 10.6.2010).

