

Eximiatutor

AI-lukio

TE 2019



Terveystieto LOPS 2021

Sisältää lukion terveystiedon kurssit/moduulit 1-3. Kursseissa/moduuleissa on teoriaosiot sekä automaattisesti arvioitavia tekstuaalisia tehtäviä. Suunniteltu: lukioaikaiseen kertaavaan opiskeluun tuntiopetuksen yhteyteen ja ylioppilastutkintoon valmistavana kertauksena.

Kurssit/moduulit:




























TE1 Terveys voimavarana

TE2 Terveys ja ympäristö

TE3 Terveys ja yhteiskunta

TE1 Terveys voimavarana

Kurssilla tutustutaan terveyden ja terveystyöskäytymisen perusteisiin. Lisäksi kurssilla perehdytään terveyttä tukeviin voimavaroihin, kuten terveellisiin elintapoihin, mielen hyvinvointiin ja seksuaalisuuteen.

1 Terveys » info	
1.1 Terveiden määritelmät » info	
1.2 Terveystyöskäytymisen vaikuttavat tekijät » info	
1.3 Terveiden edistäminen » info	
1.4 Terveystyöskäytymisen mallit » info	
1.5 Terveystyöskäytymisen mallit » info	
1.6 Terveystyöskäytymisen mallit » info	
2 Uni ja lepo » info	
2.1 Unen merkitys ja univaiheet » info	
2.2 Univaje ja unihäiriöt » info	
3 Liikunta » info	
3.1 Terveystyöskäytymisen ja liikunnan suositukset » info	
3.2 Liikunnan terveystyöskäytymisen » info	
3.3 Liikuntaharjoittelu » info	
3.4 Liikunnan turvallisuus ja doping » info	
4 Ravitsemus ja painonhallinta » info	
4.1 Ravintoaineet » info	
4.2 Terveellinen ruokavalio » info	
4.3 Ylipaino ja lihavuus » info	
4.4 Ruoka, kulttuuri ja ympäristö » info	
5 Mielen terveys ja mielen hyvinvointi » info	
5.1 Mielen terveys käsitteenä » info	
5.2 Mielen hyvinvointia tukevat taidot » info	
5.3 Mielen terveys ja yhteiskunta » info	
5.4 Yksinäisyys ja masennus mielen terveyden uhkatekijöinä » info	
5.5 Sosiaaliset taidot ja sosiaalinen tuki » info	
5.6 Stressi ja kriisit » info	
5.7 Opiskeluhyvinvointi ja opiskelukyky » info	
6 Seksuaalisuus » info	
6.1 Seksuaalisuus ja siihen liittyvät käsitteet » info	
6.2 Seksuaaliterveys » info	
6.3 Lisääntymisterveys » info	
6.4 Seksuaalioikeudet » info	
























TE2 Terveys ja ympäristö

Kurssilla perehdytään terveyden ja ympäristön vuorovaikutukseen sekä riippuvuuden taustaan ja terveysvaikutuksiin. Lisäksi kurssilla tutustutaan tutkimuksen tekoon, terveysviestintään ja tiedon luotettavuuden arviointiin.

1 Terveys ja tieto » info	
1.1 Tieteellinen tieto ja arkitieto » info	
1.2 Tutkimustyytit » info	
1.3 Tutkimuksen vaiheet » info	
1.4 Tutkimus ja terveyden edistäminen » info	
1.5 Esimerkkinä rokotetutkimus ja koronarokote » info	
1.6 Media ja terveys » info	
1.7 Terveysviestintä » info	
2 Ympäristö, terveys ja toimintakyky » info	
2.1 Toimintakyky » info	
2.2 Ympäristön vaikutukset toimintakykyyn » info	
2.3 Psykososiaalinen ympäristö » info	
2.4 Kestävä kehitys ja globaalit haasteet » info	
2.5 Fyysinen ympäristö » info	
2.6 Ympäristön terveysriskit ja altisteet » info	
2.7 Saasteet, melu ja säteily » info	
2.8 Muuttuva ympäristö ja terveys » info	
2.9 Ilmastonmuutos » info	
2.10 Työhyvinvointi » info	
3 Päähteet ja riippuvuudet » info	
3.1 Riippuvuudet » info	
3.2 Alkoholi » info	
3.3 Tupakka ja nuuska » info	
3.4 Huumeet » info	

TE3 Terveys ja yhteiskunta

Oppilas perehtyy yhteiskunta- sekä sosiaali- ja terveystieteisiin. Kurssissa käydään läpi väestön terveyden ja tieteen sekä teknologian välistä yhteyttä. Perehdytään tauteihin ja niiden muodostumiseen sekä niiden merkityksiä yhteiskunnalle ja yksilölle. Opiskelija saa käytännön ohjeistusta terveydenhuollon toiminnasta ja miten eettiset kysymykset vaikuttavat terveyteen ja sairauteen.

1 Terveystutkimus ja sen merkitys » info	
1.1 Terveystutkimuksen tarkoitus ja merkitys » info	
1.2 Erilaiset tutkimusmenetelmät ja -tavat » info	
1.3 Tutkimustulosten luotettavuus ja sovellettavuus » info	
2 Terveystiedon hankinta ja käyttö » info	
2.1 Eri lähteet terveystiedon hankkimiseen » info	
2.2 Tiedon kriittinen arviointi ja käyttö » info	
2.3 Terveystiedon eettiset kysymykset » info	
3 Terveystiedon edistäminen ja ehkäisevä työ » info	
3.1 Terveystiedon edistämisen käsitteet ja periaatteet » info	
3.2 Ehkäisevän työn menetelmät ja vaikutukset » info	
3.3 Yksilön, yhteisön ja yhteiskunnan roolit terveystiedon edistämässä » info	
4 Terveystiedon viestintä » info	
4.1 Viestinnän merkitys terveystiedon edistämässä » info	
4.2 Erialaisten viestintäkanavien ja -tapojen käyttö » info	
4.3 Viestinnän vaikuttavuus ja vastaanottajien tavoittaminen » info	
5 Terveystieteiden ja järjestelmien politiikka ja -järjestelmät » info	
5.1 Terveystieteiden ja -järjestelmien rakenne ja toiminta » info	
5.2 Eri maiden terveystieteiden politiikkojen vertailu » info	
5.3 Terveystieteidenhuollon resurssit ja niiden jakautuminen » info	
6 Globaalit terveysuhat » info	
6.1 Kansainväliset terveysuhat ja niiden vaikutukset » info	
6.2 Pandemiat ja niiden hallinta » info	
6.3 Ympäristön ja ilmastonmuutoksen vaikutukset terveyteen » info	