



NUORET, MEDIA JA TERVEYS TOTTA VAI TARUA?

Ohje opettajalle: totta vai tarua -korttien käyttö

Tarkoituksena on harjaannuttaa opiskelijoiden taitoa arvioida kriittisesti terveysterveyshä ja some-väitteitä.

Toteutus

1. Väittämien esittäminen

- Lue väittämä ääneen tai näytä se kortilta/ruudulta.
- Voit käsitellä väittämiä:
 - koko luokan kanssa,
 - pienryhmissä tai
 - pareittain

2. Oppilaiden vastaaminen

- Pyydä oppilaita ottamaan kantaa siihen, onko väite totta vai tarua.
- Vastaaminen voi tapahtua esimerkiksi:
 - suullisesti,
 - äänestämällä (käsi ylös / digityökalu) tai
 - pienryhmä- tai parikeskustelun kautta.

3. Yhteinen keskustelu

- Käykää väittämät yhdessä läpi. Pyydä oppilaita perustelemaan vastauksensa.
- Tarkentakaa tarvittaessa, mikä väitteessä on totta, mikä harhaan johtavaa.
- Rohkaise opiskelijoita perustelemaan näkemyksiään.

VINKKEJÄ:

Voit pyytää opiskelijoita arvioimaan myös väitteen lähdettä.

Hyödynnä ajankohtaisia esimerkkejä somesta.

Lopuksi voi koota yhdessä "hyvän lähdekritiikin tunnusmerkkejä".

Tyhjään korttiin voi keksiä itse väittämiä.



NUORET, MEDIA JA TERVEYS TOTTA VAI TARUA?

OIKEAT VASTAUKSET

Nikotiinipussit ovat täysin turvallisia, koska ne eivät sisällä tupakkaa → Tarua

– Nikotiinipussit sisältävät nikotiinia, joka aiheuttaa riippuvuutta ja voi vaikuttaa haitallisesti mm. sydämeen, verenpaineeseen ja kehittyviin aivoihin.

Vape on turvallisempi nikotiinituote kuin perinteinen tupakka ja nuuska → Tarua

– Vape sisältää nikotiinia ja muita kemikaaleja, jotka voivat ärsyttää hengitysteitä ja vaikuttaa terveyteen. Tuotteiden pitkäaikaisvaikutuksista ei ole vielä täyttä varmuutta.

Alkoholi vaikuttaa nuoren aivoihin voimakkaammin kuin aikuisen aivoihin → Totta

– Nuoren aivot kehittyvät vielä. Alkoholi voi häiritä erityisesti muistia, oppimista, keskittymistä ja tunteiden säätelyä.

Mitä enemmän seuraa jotain aihetta somessa, sitä enemmän sitä näkee → Totta

– Some-alustojen algoritmit tarjoavat lisää samankaltaista sisältöä aiemman käyttäytymisen perusteella.

Liikuntaa voi harrastaa vain, jos se on tavoitteellista ja tehokasta → Tarua

– Kaikenlainen liike ja aktiivisuus, kuten kävely tai arkinen puuhastelu, edistää terveyttä ja hyvinvointia.

Mainokset voivat vaikuttaa ruokavalintoihin huomaamatta → Totta

– Mainonta vaikuttaa usein alitajuisesti esimerkiksi mielikuviin, mielitekoihin ja valintoihin.

Tunteisiin vetoaminen on yleinen vaikuttamisen keino mediassa → Totta

– Media pyrkii usein herättämään tunteita, koska ne vaikuttavat tehokkaasti ihmisten mielipiteisiin ja käyttäytymiseen.

Kuka tahansa voi julkaista terveysneuvoja somessa ilman asiantuntemusta → Totta

– Sisällön julkaiseminen ei vaadi koulutusta tai asiantuntijuutta, joten tiedon luotettavuus vaihtelee.

Luotettava tieto löytyy yleensä useasta riippumattomasta lähteestä → Totta

– Kun sama tieto toistuu useissa luotettavissa lähteissä, sen paikkansapitävyys on todennäköisempää.

Kaikki, mitä some-vaikuttajat sanovat terveydestä, perustuu tutkittuun tietoon → Tarua

– Sisällöt voivat perustua mielipiteisiin, kokemuksiin tai kaupalliseen yhteistyöhön, eivät aina tutkimusnäyttöön.

Energiajuomat voivat vaikuttaa uneen ja keskittymiseen haitallisesti → Totta

– Kofeiini ja muut piristävät aineet voivat heikentää unta, lisätä levottomuutta ja vaikeuttaa keskittymistä.

Sosiaalinen media voi vaikuttaa nuorten itsetuntoon → Totta

– Vertailu muihin, kommentit ja tykkäykset voivat vaikuttaa siihen, miten nuori kokee itsensä.

Kaikki somessa julkaistut liikunta- ja ruokatrendit ovat turvallisia → Tarua

– Osa trendeistä voi olla yksipuolisia, harhaanjohtavia ja jopa terveydelle haitallisia.

Algoritmit vaikuttavat siihen, mitä sisältöä näet somessa → Totta

– Algoritmit valitsevat sisältöä käyttäjän kiinnostuksen, klikkausten ja katselun perusteella.

Vaikuttajamarkkinointi on aina selvästi merkitty → Tarua

– Vaikka mainonnan merkitseminen on säädeltyä, käytännössä kaikki sisällöt eivät ole selkeästi merkittyjä.

Nikotiinipussit ovat täysin turvallisia, koska ne eivät sisällä tupakkaa.

TOTTA VAI TARUA



Vape on turvallisempi nikotiinituote kuin perinteinen tupakka ja nuuska.

TOTTA VAI TARUA



Alkoholi vaikuttaa nuoren aivoihin voimakkaammin kuin aikuisen aivoihin.

TOTTA VAI TARUA



Mitä enemmän seuraa jotain aihetta somessa, sitä enemmän aiheeseen liittyviä postauksia näkee.

TOTTA VAI TARUA



Liikuntaa voi harrastaa vain, jos se on tavoitteellista ja tehokasta.

TOTTA VAI TARUA



Mainokset voivat vaikuttaa ruokavalintoihin huomaamatta.

TOTTA VAI TARUA



Tunteisiin vetoaminen on yleinen vaikuttamisen keino mediassa.

TOTTA VAI TARUA



Kuka tahansa voi julkaista terveysneuvoja somessa ilman asiantuntemusta.

TOTTA VAI TARUA



Luotettava tieto löytyy yleensä useasta riippumattomasta lähteestä.

TOTTA VAI TARUA



Kaikki, mitä somevaikuttajat sanovat terveydestä, perustuu tutkittuun tietoon.

TOTTA VAI TARUA



Energiajuomat voivat vaikuttaa uneen ja keskittymiseen haitallisesti.

TOTTA VAI TARUA



Sosiaalinen media voi vaikuttaa nuorten itsetuntoon.

TOTTA VAI TARUA



Algoritmit vaikuttavat siihen, mitä sisältöä näet somessa.

TOTTA VAI TARUA



Kaikki somessa julkaistut liikunta- ja ruokatrendit ovat turvallisia.

TOTTA VAI TARUA



Vaikuttajamarkkinointi on aina selvästi merkitty some-postaukseen.

TOTTA VAI TARUA



TOTTA VAI TARUA

