



KAJAANIN
AMMATTIKORKEAKOULU
UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

OPINTO-OPAS

Liikunnanohjaaja (AMK)
Liikunnan ja vapaa-ajan koulutus

2014 – 2015



SOSIAALI-, TERVEYS- JA LIIKUNTA-ALA

LIIKUNNAN JA VAPAA-AJAN KOULUTUS

TUTKINNOT

Tutkintojen ja muun osaamisen kansallinen viitekehys (National Qualifications Framework NQF)

Suomen kansallisessa tutkintojen viitekehyksessä kaikki tutkinnot on sijoitettu jollekin kahdeksasta viitekehysten vaativuustasosta. Ammattikorkeakoulututkinnot on sijoitettu tasolle 6 ja ylemmät ammattikorkeakoulututkinnot tasolle 7. Tasot 6 ja 7 sekä valtakunnalliset yhteiset kompetenssit kuvaavat ammattikorkeakoulusta valmistuvan opiskelijan osaamisen tasoa.

Taso 6: Tavoitteena on, että ammattikorkeakoulututkinnon suorittanut

Hallitsee laaja-alaiset ja edistyneet oman alansa tiedot, joihin liittyy teorioiden, keskeisten käsitteiden, menetelmien ja periaatteiden kriittinen ymmärtäminen ja arvioiminen. Ymmärtää ammatillisten tehtävälueiden ja/tai tieteenalojen kattavuuden ja rajat. Hallitsee edistyneet taidot, jotka osoittavat asioiden hallintaa, kykyä soveltaa ja kykyä luoviin ratkaisuihin, joita vaaditaan erikoistuneella ammatti-, tieteen- tai taiteenalalla monimutkaisten tai ennakoimattomien ongelmien ratkaisemiseksi.

Kykenee johtamaan monimutkaisia ammatillisia toimia tai hankkeita tai kykenee työskentelemään itsenäisesti alan asiantuntijatehtävissä. Kykenee päätöksentekoon ennakoimattomissa toimintaympäristöissä. Perusedellytykset toimia alan itsenäisenä yrittäjänä. Kykenee vastaamaan oman osaamisensa arvioinnin ja kehittämisen lisäksi yksittäisten henkilöiden ja ryhmien kehityksestä.

Valmius jatkuvaan oppimiseen. Osaa viestiä riittävästi suullisesti ja kirjallisesti sekä alan että alan ulkopuoliselle yleisölle. Kykenee itsenäiseen kansainväliseen viestintään ja vuorovaikutukseen toisella kotimaisella ja vähintään yhdellä vieraalla kielellä.

Taso 7: Tavoitteena on, että ylemmän ammattikorkeakoulututkinnon suorittanut

Hallitsee laaja-alaiset ja pitkälle erikoistuneet oman alansa erityisosaamista vastaavat käsitteet, menetelmät ja tiedot, joita käytetään itsenäisen ajattelun ja/tai tutkimuksen perustana. Ymmärtää alan ja eri alojen rajapintojen tietoihin liittyviä kysymyksiä ja tarkastelee niitä ja uutta tietoa kriittisesti. Kykenee ratkaisemaan vaativia ongelmia tutkimus- ja/tai innovaatio toiminnassa, jossa kehitetään uusia tietoja ja menettelyjä sekä sovelletaan ja yhdistetään eri alojen tietoja.

Kykenee työskentelemään itsenäisesti alan vaativissa asiantuntijatehtävissä tai yrittäjänä. Kykenee johtamaan ja kehittämään monimutkaisia, ennakoimattomia ja uusia strategisia lähestymistapoja. Kykenee johtamaan asioita ja/tai ihmisiä. Kykenee arvioimaan yksittäisten henkilöiden ja ryhmien toimintaa. Kykenee kartuttamaan oman alansa tietoja ja käytäntöjä ja/tai vastaamaan muiden kehityksestä.

Valmius jatkuvaan oppimiseen. Osaa viestiä hyvin suullisesti ja kirjallisesti sekä alan että alan ulkopuoliselle yleisölle. Kykenee vaativaan kansainväliseen viestintään ja vuorovaikutukseen toisella kotimaisella ja vähintään yhdellä vieraalla kielellä.

Yhteiset työelämävalmiudet eli kompetenssit

Ammattikorkeakoulut ovat yhteistyössä työelämän edustajien kanssa määritelleet ne valmiudet eli kompetenssit, joita ammattikorkeakoulusta valmistuneen tulisi omata.

Kompetenssit ovat laajoja osaamiskokonaisuuksia, jotka kuvaavat pätevyyttä, suorituspotentiaalia ja kykyä suoriutua ammattiin kuuluvista työtehtävistä. Kompetenssit jaetaan koulutusohjelmakohtaisiin (ammattillisiin) ja yhteisiin kompetensseihin. Yhteiset kompetenssit ovat eri koulutusohjelmille yhteisiä osaamisalueita, mutta niiden erityispiirteet ja tärkeys voivat vaihdella eri ammateissa ja työtehtävissä. Yhteiset kompetenssit luovat perustan työelämässä toimimiselle, yhteistyölle ja asiantuntijuuden kehittymiselle.

Ammatilliset kompetenssit esitetään opinto-oppaassa erikseen kunkin koulutusohjelman kohdalla.

Yhteiset kompetenssit

	Osaamisen kuvaus, ammattikorkeakoulututkinto	Osaamisen kuvaus, ylempi ammattikorkeakoulututkinto
OPPIMISEN TAIDOT	<ul style="list-style-type: none">- osaa arvioida ja kehittää osaamistaan ja oppimistapojaan- osaa hankkia, käsitellä ja arvioida tietoa kriittisesti- kykenee ottamaan vastuuta ryhmän oppimisesta ja opitun jakamisesta	<ul style="list-style-type: none">- osaa monipuolisesti ja tavoitteellisesti arvioida ja kehittää asiantuntijuuttaan- osaa hankkia, käsitellä, tuottaa ja arvioida tietoa kriittisesti ja eri alojen näkökulmista- kykenee ottamaan vastuuta yhteisön tavoitteellisesta oppimisesta
EETTINEN OSAAMINEN	<ul style="list-style-type: none">- kykenee ottamaan vastuun omasta toiminnastaan ja sen seurauksista- osaa toimia alansa ammattieettisten periaatteiden mukaisesti- osaa ottaa erilaiset toimijat huomioon työskentelyssään- osaa soveltaa tasa-arvoisuuden periaatteita- osaa soveltaa kestävän kehityksen periaatteita- kykenee vaikuttamaan yhteiskunnallisesti osaamistaan hyödyntäen ja eettisiin arvoihin perustuen	<ul style="list-style-type: none">- kykenee ottamaan vastuuta yhteisön toiminnasta ja sen seurauksista- osaa soveltaa alansa ammattieettisiä periaatteita asiantuntijana ja työelämän kehittäjänä- osaa tehdä ratkaisuja ottaen huomioon yksilön ja yhteisön näkökulmat- osaa edistää tasa-arvoisuuden periaatteiden toteutumista työyhteisössä- osaa edistää kestävän kehityksen periaatteiden ja yhteiskuntavastuun toteutumista- kykenee johtamaan yhteiskunnallisesti vaikuttavaa toimintaa eettisiin arvoihin perustuen
TYÖYHTEISÖOSAAMINEN	<ul style="list-style-type: none">- osaa toimia työyhteisön jäsenenä ja edistää yhteisön hyvinvointia- osaa toimia työelämän viestintä- ja vuorovaikutustilanteissa- osaa hyödyntää tieto- ja	<ul style="list-style-type: none">- osaa kehittää työyhteisön toimintaa ja työhyvinvointia- osaa kehittää työelämän monialaista viestintää ja vuorovaikutusta

	<ul style="list-style-type: none"> viestintätekniikkaa oman alansa tehtävissä - kykenee luomaan henkilökohtaisia työelämäyhteyksiä ja toimimaan verkostoissa - osaa tehdä päätöksiä ennakoimattomissa tilanteissa - kykenee työn johtamiseen ja itsenäiseen työskentelyyn asiantuntijatehtävissä - omaa valmiuksia yrittäjyyteen 	<ul style="list-style-type: none"> - osaa soveltaa tieto- ja viestintätekniikkaa tehtävissään - osaa luoda verkostoja ja kumppanuuksia - osaa johtaa ja uudistaa toimintaa monimutkaisissa ja ennakoimattomissa toimintaympäristöissä - kykenee toimimaan vaativissa asiantuntijatehtävissä, johtamistehtävissä tai yrittäjänä
INNOVAATIO-OSAAMINEN	<ul style="list-style-type: none"> - kykenee luovaan ongelmanratkaisuun ja työtapojen kehittämiseen - osaa työskennellä projekteissa - osaa toteuttaa tutkimus- ja kehittämishankkeita soveltaen alan olemassa olevaa tietoa ja menetelmiä - osaa etsiä asiakaslähtöisiä, kestäviä ja taloudellisesti kannattavia ratkaisuja 	<ul style="list-style-type: none"> - osaa tuottaa uutta tietoa ja uudistaa toimintatapoja yhdistäen eri alojen osaamista - osaa johtaa projekteja - osaa johtaa tutkimus-, kehittämis- ja innovaatiohankkeita sekä hallitsee tutkimus- ja kehitystoiminnan menetelmiä - osaa kehittää asiakaslähtöistä, kestävää ja taloudellisesti kannattavaa toimintaa
KANSAINVÄLISTYMIS-OSAAMINEN	<ul style="list-style-type: none"> - omaa alansa työtehtävissä ja niissä kehittymisessä tarvittavan kielitaidon - kykenee monikulttuuriseen yhteistyöhön - osaa ottaa työssään huomioon alansa kansainvälisyyskehityksen vaikutuksia ja mahdollisuuksia 	<ul style="list-style-type: none"> - kykenee kansainväliseen viestintään työtehtävissään ja toiminnan kehittämisessä - osaa toimia kansainvälisissä toimintaympäristöissä - osaa ennakoida kansainvälisyyskehityksen vaikutuksia ja mahdollisuuksia omalla ammattialallaan

LIIKUNNAN JA VAPAA-AJAN KOULUTUS

Liikunnan ja vapaa-ajan koulutusohjelmasta opiskelija valmistuu liikunnanohjaajaksi (amk) ja toimii liikunnan ammattilaisena koulutus-, suunnittelu- ja kehittämistehtävissä. Hän saa valmiuksia ohjata liikuntaa, antaa liikuntaneuvontaa ja tuottaa palveluja erilaisille asiakkaille ja ryhmille sekä kehittää liikunta-alaa eri yhteistyötahojen kanssa. Hän voi valmistuttuaan työskennellä kuntien, järjestöjen, yritysten ja seurojen palveluksessa sekä itsenäisenä liikunta-alan yrittäjänä unohtamatta kansainvälisiä työmarkkinoita. Koulutus kestää 3,5 vuotta ja on laajuudeltaan 210 opintopistettä.

Opinnot muodostuvat perus-, ammatti- sekä vaihtoehtoisista ammattiopinnoista, vapaasti valittavista opinnoista, opinnäytteestä sekä ammattitaitoa edistävästä harjoittelusta. Harjoittelun voi suorittaa erilaisissa julkisissa tai yksityisissä liikunnan toimintaympäristöissä mm. Vuokatin urheiluopistolla tai ammattikorkeakoulun omassa harjoittelupaikassa Myötätuulessa. Myötätuuli tarjoaa liikunta- ja terveyspalveluja eri-ikäisille asiakasryhmille sekä yksilöille.

LIIKUNNAN JA VAPAA-AJAN KOULUTUKSEN YLEISET TAVOITTEET JA AMMATILLINEN OSAAMINEN

Koulutuksen tavoitteena on, että opiskelija kehittyi liikunta-alan asiantuntijaksi. Ammatillinen osaaminen perustuu monitieteiseen tietoperustaan, käytännön osaamiseen sekä vuorovaikutustaitoihin.

Liikunnanohjaaja (amk) kykenee työskentelemään itsenäisesti liikunta-alan asiantuntijatehtävissä, joissa haasteena on mm. terveysliikunta, aktiviteettimatkaileminen, yrittäjäyys, liikuntajohtaminen ja viestintä. Hän kykenee johtamaan haastavia ammatillisia tehtäviä tai hankkeita sekä toimimaan monialaisissa ja -ammattillisissa työryhmissä ja verkostoissa. Opiskelija ymmärtää liikunnan olennaiseksi osaksi yksilön ja yhteiskunnan hyvinvointia.

KOULUTUKSEN TYÖELÄMÄTAVOITTEET ELI KOMPETENSSIT:

Liikuntaosaaminen

Opiskelija hallitsee yleisimpien liikuntamuotojen perustiedot ja taidot ja pystyy soveltamaan niitä erilaisten kohderyhmien ohjaukseen. Hän ymmärtää liikuntalajit mahdollisuutena ja välineenä mm. motoristen taitojen kehittämisessä ja itseilmaisun edistäjänä. Opiskelija tuntee soveltavan liikunnan perusteet.

Ihmisen hyvinvointi- ja terveysliikuntaosaaminen

Opiskelija tuntee liikuntaharjoittelun vaikutusmekanismit elimistössä sekä testauksen perusteet ja osaa suunnitella tavoitteellisia harjoitus- ja valmennusohjelmia sekä terveyttä edistävää liikuntaa. Opiskelija tuntee ihmisen kasvuun, kehitykseen ja käyttäytymiseen vaikuttavat tekijät. Hän osaa suunnitella ja ohjata terveyttä ja toimintakykyä edistävää liikuntaa sekä pystyy toimimaan liikunnan terveysvaikutusten asiantuntijana.

Pedagoginen ja liikuntadidaktinen osaaminen

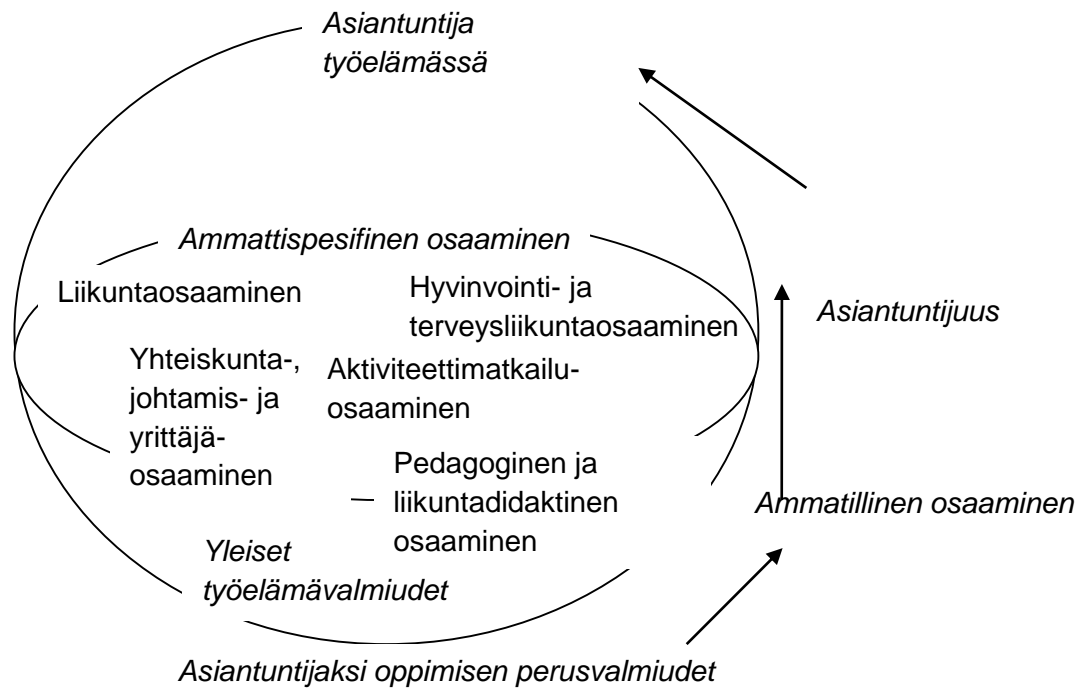
Opiskelija osaa käyttää tavoitteellisesti ja monipuolisesti eri ohjaus- ja opetusmenetelmiä vaihtelevissa ohjaustilanteissa erilaisille kohderyhmille. Hän osaa suunnitella, toteuttaa ja arvioida laajoja liikunnan opetuskokonaisuuksia ja toimintamalleja ja hyödyntää liikunnan mahdollisuuksia ihmisen kasvun ja kehityksen tukemisessa sekä kasvatustyössä. Opiskelija muodostaa omiin arvoihinsa ja tietorakenteisiinsa perustuvan ohjaus- ja oppimiskäsityksen liikunnanohjaajana.

Liikunnan yhteiskunta-, johtamis- ja yrittäjäosaaminen

Opiskelija tuntee liikuntakulttuurin- ja palvelujen kehitysnäkymiä ja osaa edistää liikunnan asemaa yhteiskunnassa. Hän osaa toimia liikunta-alan organisaatioiden asiantuntija- ja esimiestehtävissä sekä tuntee liikunta-alan yritystoiminnan mahdollisuuksia. Opiskelija omaa valmiudet yritystoimintaan.

Aktiviteettimatkailemisen osaaminen

Opiskelija osaa suunnitella, toteuttaa ja tuottaa aktiviteettimatkailemispalveluja. Lisäksi hän osaa edistää liikunnan ja aktiviteettimatkailemisen sisältöjen avulla asiakkaiden hyvinvointia.



Kuva 1. Liikunta-alan asiantuntijuuden kehittyminen

Ammatillisen osaamisen kehittyminen kuvataan vuositeemojen avulla:

1. vsk **Perehdyn.**

Opiskelija muodostaa käsityksen liikunta- ja aktiviteettimatkailemisen alasta sekä suhteestaan ammattiin. Opiskelija omaksuu tekevän amk-toimintamallin.

2. vsk **Toimin.**

Opiskelija suunnittelee, toteuttaa ja arvioi liikuntaa sekä erilaisia tapahtumia ohjattuna ryhmille.

3. vsk **Kehitän.**

Opiskelija kehittää itsenäisesti liikunta- ja aktiviteettimatkailemisen alaa.

4. vsk **Sovellan.**

Opiskelija soveltaa tietoja, taitoja ja asenteita liikunta- ja aktiviteettimatkailemisen alalla verkostoituen alan toimijoiden sekä muiden yhteistyötahojen kanssa. Hän pystyy perustelemaan toimintaansa.

OPINTOJEN RAKENNE

PERUSOPINNOT

10 OP

Tekevä amk

10 op

Oppijana ammattikorkeakoulussa

2 op

Projektitoiminta

3 op

Liiketoimintaosaaminen

3 op

Kokous- ja neuvottelutaito

2 op

AMMATTIOPINNOT

115 OP

Aktiviteettimatkaailun perusteet

13 op

Matkaailun perusteet

5 op

Liikunnan perusteet

5 op

English for Health and Sport

3 op

Liikuntabiologian perusteet

14 op

Anatomia ja fysiologia

4 op

Kuormitusfysiologia

3 op

Ihmisen motorinen kehitys

4 op

Yleisurheilu

3 op

Liikuntalajit

14 op

Pallopelien perusteet

5 op

Luistelu ja jääpelit

3 op

Skiing and Downhill Skiing

4 op

Intercultural Communication

2 op

Liikunta yhteiskunnassa

13 op

Terveyden ja hyvinvoinnin edistäminen

4 op

Suomen kieli ja viestintä

4 op

Svenska för idrottsbranchen

3 op

Tietotekniikka

2 op

Liikunnan ohjaaminen	16 op
Liikuntakasvatuksen perusteet	4 op
Musiikkiliikunta	4 op
Vesiliikunta	5 op
Soveltava liikunta	3 op
Valmentaminen	18 op
Valmennusoppi	4 op
Lihashuolto ja ergonomia	4 op
Voimistelu	3 op
Kuntosali	3 op
Ravitsemus	4 op
Kehittämisaaminen	13 op
Tutkimus- ja kehittämistoiminta	5 op
Asiakassuuntainen markkinointi	5 op
Tuotteistaminen	3 op
Esimiesosaaminen	14 op
Johdon laskenta	5 op
Henkilöstövoimavarojen johtaminen	5 op
Asiakirjoittaminen	1 op
English for Sports Instructions	3 op

VAIHTOEHTOISET AMMATTIOPINNOT 30 OP

Personal Training	
Terveysliikuntavalmennus	7 op
Liikunta ja terveysongelmat	3 op
Ikäihmisten liikunta ja ravitseminen	3 op
Yhteisön liikunnan edistäminen	2 op

Lasten ja nuorten liikunta

Liikunnan eri muodot pienillä lapsilla	6 op
Liikunta lapsen oppimisen ja hyvinvoinnin tukijana	5 op
Lasten ja nuorten liikunnan ohjaaminen	4 op

Elämysaktiviteetit

Elämysaktiviteettien suunnittelu ja toteutus	5 op
Luonto- ja liikunta-aktiviteetit	5 op
Elämysaktiviteettien toimintaympäristöt	5 op

Hyvinvointimatkailu

Luonto ja kulttuuri hyvinvoinnin lähteenä	5 op
Liikunnalliset hyvinvointilajit	5 op
Suomalaisen hyvinvointimatkailun kehittäminen	5 op

Ruoka matkailussa

Ruokapalvelun prosessit ja laatu	6 op
Ruokapalvelujen ammattiosaaminen	6 op
Ruokapalvelujen suunnittelu ja kehittäminen	3 op

Majoitusyrityksen toiminta

Majoitusyrityksen toiminta	5 op
Kannattava majoitusyritys	5 op
Majoitusyrityksen kehittäminen	5 op

VAPAASTI VALITTAVAT OPINNOT

10 OP

HARJOITTELU

30 OP

OPINNÄYTETYÖ

15 OP

LIIKUNNAN JA VAPAA-AJAN KOULUTUS - OPINTOJAKSOKUVAUKSET

PERUSOPINNOT

(AMKYHZ) **TEKEVÄ AMK 10 op** PROACTIVE UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Opiskelija harjaantuu yhteistoiminnalliseen oppimiseen sekä harjoittaa omia vuorovaikutustaitojaan ylläisissä ryhmissä ja oppii toimimaan kokousten ja neuvottelujen erilaisissa tehtävissä. Opiskelija osaa käyttää oppilaitoksen tietokoneita ja oheislaitteita sekä tavanomaisia työvälineohjelmia opiskelutehtävissä ja toimeksiannoissa. Opiskelija hallitsee nykyaikaisen projektitoiminnan käsitteet ja työtavat. Opiskelija valmistautuu käyttämään erilaisia työ- ja kehittämismenetelmiä työelämälähtöisissä toimeksiannoissa. Opiskelija sisäistää kannattavan liiketoiminnan ja yrittäjyyden käsitteet ja perusteet. Lisäksi opiskelija ymmärtää yrittäjyyden yhteiskunnallisen merkityksen sekä hallitsee yrittäjämäisen työtavan.

(YYPOP01) **Oppijana ammattikorkeakoulussa** University of Applied Sciences Learner

Laajuus:	2 op	Ajoitus:	1. vsk
Osaamistavoite:	Opiskelija harjoittaa ryhmäytymis- ja tiimitoiminta- ja vuorovaikutustaitojaan. Opiskelija tutustuu opiskelussa tarvittaviin ohjelmistoihin ja oppimisympäristöihin.		
Sisältö:	Vuorovaikutustaidot. Ryhmät ja tiimit: kehittymisen vaiheet, roolit, normit, viestintä ja yhteistyö. Yhteisölliset ideointimenetelmät. Tiedonhaun perusteet. Oppimisprojekteissa tarvittavien ohjelmistojen hallinta.		
Toteutus:	Harjoitukset ja monialainen projektiryhmätyöskentely.		
Suoritukset:	Harjoituksiin osallistuminen ja annettujen tehtävien suorittaminen.		
Arviointi:	Hyväksytyt: Luennoille ja harjoituksiin osallistuminen ja annettujen tehtävien suorittaminen. Hylätty: Tehtävien suorittamatta jättäminen.		
Kirjallisuus:	Ilmoitetaan opintojakson alussa.		

(YYPPR01) **Projektitoiminta** Project Work

Laajuus:	3 op	Ajoitus:	1. vsk
Osaamistavoite:	Opiskelija osaa suunnitella, toteuttaa ja dokumentoida pienimuotoisen projektin.		
Sisältö:	Käsite projekti Projektioorganisaatio Projektin suunnittelu ja toteutus Projektin päättäminen ja dokumentointi		
Toteutus:	Projektiointojen teoria luentoina, projekti toteutetaan monialaisessa ryhmässä substanssiopettajan ohjauksessa ja ryhmän itsenäisenä työskentelynä Opintojakso suoritetaan osittain tutkimus- ja kehittämisopintoina.		

Suoritukset:	Luennot ja projektin toteutus
Arviointi:	Hyväksytty: Osallistuminen luennoille sekä projektin toteuttaminen ja dokumentointi opettajan ohjeiden mukaan. Hylätty: Luentojen ja /tai projektin suorittamatta jättäminen.
Kirjallisuus:	Oppimisen työkalupakki Pelin R. Projektihallinnan käsikirja (2004) Silfverberg P. Ideasta projektiksi (2007) Kettunen S. Onnistu projektissa (2003) Muu projektityön aiheeseen liittyvä kirjallisuus ja materiaali

(YYPLI01) Liiketoimintaosaaminen
Business Expertise

Laajuus:	3 op	Ajoitus:	1. vsk
Osaamistavoite:	Opiskelija sisäistää yrittäjämäisen asenteen, oppii ymmärtämään yritystoiminnan peruskäsitteet ja prosessit sekä yritystoiminnan merkityksen yhteiskunnassa. Lisäksi opiskelija osaa kuvata yrityksen perustoiminnot ja ymmärtää kannattavan liiketoiminnan perusteet.		
Sisältö:	Yritystoiminnan merkitys yhteiskunnassa Ulkoiset ja sisäiset yrittäjyydet Toiminta-ajatus ja liikeidea Yritystoiminnan perusmalli ja prosessit Sidosryhmät ja verkostoituminen Yritysmuodot Markkinointi ja asiakaslähtöinen toimintatapa Liiketoiminnan kannattavuus		
Toteutus:	Luennot ja harjoitukset. Opinnot voidaan suorittaa osittain tutkimus- ja kehittämisopinnoina.		
Suoritukset:	Tentti ja/tai harjoituskirja		
Arviointi:	Harjoituskirja hyväksytty/hylätty Tentti 1-5 Kiitettävä (5): Opiskelija osaa käyttää laaja-alaisesti yritystalouden käsitteitä sekä yhdistää niitä kokonaisuuksiksi. Opiskelija osaa analysoida, vertailla ja arvioida kriittisesti yritystalouden osaamistaan ja yritystalouden toimintatapoja hankkimansa tiedon perusteella. Opiskelija osaa toimia ryhmän jäsenenä edistäen ja kehittäen ryhmän toimintaa. Hyvä (3-4): Opiskelija osaa kuvailla ja perustella yritystalouden ja yrittäjyyden toimintatapoja. Osaa toimia itsenäisesti tiedon ja ohjeistuksen perusteella ja soveltaa yritystalouden toimintaan liittyviä tekniikoita ja malleja. Opiskelija osaa toimia ryhmän jäsenenä ryhmän yhteisten tavoitteiden saavuttamiseksi ja perustella toimintansa ammattieettisten periaatteiden mukaisesti. Tyydyttävä (1-2): Opiskelija osaa määritellä ja käyttää yritystalouden peruskäsitteitä ammattieettisten periaatteiden mukaisesti.		
Kirjallisuus:	Isokangas, Kinkki Yrityksen perustoiminnot 2004 tai uudempi WSOY. Muu materiaali ilmoitetaan opintojakson alussa.		

(YYPSU01) Kokous- ja neuvottelutaito
Meeting and Negotiation Skills

Laajuus:	2 op	Ajoitus:	1. vsk
Osaamistavoite:	Opiskelija tuntee kokous- ja neuvottelukäytännöt sekä osaa toimia kokouksen ja neuvottelun eri tehtävissä		
Sisältö:	Ryhmäviestinnän eri muodot Kokouksen ja neuvottelun tekniikka Vaikuttaminen, perustelu ja päätöksenteko Kokouksen asiakirjat Äänestykset ja vaalit		
Toteutus:	Luennot, työskentely ja käytännön harjoitukset monialaisessa projektiryhmässä.		
Suoritukset:	Neuvotteluharjoitukset ja näyttökokoukset, kokousasiakirjat		
Arviointi:	Kiitettävä (5) Opiskelija osaa tuoda kokous- ja neuvottelutilanteisiin omaa asiantuntijuuttaan ja vaikuttaa aktiivisesti lopputuloksen saavuttamiseksi. Opiskelija käyttää erilaisia viestintätapoja luovasti ja edesauttaa hyvän ilmapiirin syntymistä. Opiskelija hyödyntää eri viestintäkanavia tarkoituksenmukaisesti ja kirjaa pöytäkirjaan/muistioon asiat tiiviisti ja selkeästi. Opiskelija hakeutuu aktiivisesti ja rakentavasti palautetilanteisiin. Hyvä (3#4) Opiskelija osaa argumentoida oman kantansa kokous- ja neuvottelutilanteessa ja pystyy huomioimaan moniammatillisuuden ja osallistujien eri lähtökohdat. Opiskelija osaa ylläpitää myönteistä ilmapiiriä. Opiskelija osaa kirjata pöytäkirjaan/muistioon sisällön informatiivisesti ja tilanteeseen sopivasti. Opiskelija osaa arvioida oman toimintansa merkitystä osana viestintäprosessia ja ottaa vastaan ja antaa rakentavaa palautetta. Tyydyttävä (1#2) Opiskelija tuntee yhteisön yleisimmät vuorovaikutustilanteet ja -kanavat. Opiskelija osaa toimia kokouksessa ja neuvottelussa. Opiskelija on tietoinen oman viestintätyylinsä vaikutuksesta viestintäprosessin aikana. Opiskelija osaa laatia kokouksen ja neuvottelun perusasiakirjat mallin mukaan.		
Kirjallisuus:	Ilmoitetaan opintojakson alussa.		

PAKOLLISET AMMATTIOPINNOT

(SLAA1Z) **AKTIVITEETTIMATKAILUN PERUSTEET 13 op** **PRINCIPLES OF ACTIVITY TOURISM**

Opiskelija tunnistaa ja osaa kuvata matkailun ja terveystuotteen keskeiset elementit. Opiskelija ymmärtää matkailun ja liikunnan yhtymäkohdat. Opiskelija osaa hahmottaa matkailun ja liikunnan yhteiskunnallisen merkityksen. Opiskelija tunnistaa ammattieettiset periaatteet. Opiskelija tunnistaa oppimis- ja ohjausprosessin sekä osaa toteuttaa opetus- ja ohjaustilanteen. Opiskelija hallitsee alansa keskeisen englanninkielisen sanaston ja osaa viestiä englannin kielellä opastus- tai ohjaustilanteissa

(SLAA001) **Matkailun perusteet** Principles of Tourism

Laajuus: 5 op Ajoitus: 1. vsk

Osaamistavoite: Opiskelija osaa selittää matkailun keskeiset käsitteet (matkailu, matkailija, matkailun eri muodot, aktiviteettimatkailu) sekä kestävä kehityksen kytkeytymisen matkailutoimialaan. Opiskelija tietää matkailun historiallisen kehityksen pääpiirteet. Hän osaa luokitella työntö- ja vetovoimatekijöitä sekä tunnistaa Kainuun, Suomen ja Euroopan keskeiset matkailualueet. Opiskelija tunnistaa erilaiset matkailijasegmentit ja osaa luokitella matkailijoita teoreettisten mallien pohjalta. Opiskelija osaa määrittellä aktiviteettimatkailutuotteiden ja -palveluiden keskeiset piirteet. Opiskelija

osaa selittää matkailuklusterin avulla matkailualan kytkeytymisen muihin toimialoihin sekä matkailun aluetaloudellisen merkityksen. Opiskelija ymmärtää eritasoisten verkostojen tärkeyden matkailussa. Hän osaa luetella matkailualan keskeiset toimijat Suomessa ja maailmalla sekä osaa kertoa niiden tärkeimmät tehtävät.

Sisältö:	Matkailun peruskäsitteistö # aktiviteettimatkailu osana matkailua Lähtöalueet, reitit ja kohdealueet + työntö- ja vetovoimatekijät käsitteinä Turistin muotokuva (matkailijasegmentit) Matkailutuotteet ja -palvelut Matkailun motivaatiotekijät Matkailuklusteri ja aluetaloudelliset vaikutukset Keskeiset organisaatiot
Toteutus:	Luennot, ohjatut harjoitukset ja opintomatka Vuokattiin.
Suoritukset:	Harjoitustyöt ja tentti
Arviointi:	Kiitettävä (5): Opiskelija ymmärtää ja osaa kiitettävästi ja asiantuntevasti nimetä ja kuvailla matkailun peruskäsitteet, lähtöalueet, reitit ja kohdealueet sekä työntö- ja vetovoimatekijät. Hän myös osaa kiitettävästi kuvailla turistin muotokuvaa sekä matkailun motivaatiotekijöitä. Opiskelija tuntee asiantuntevasti matkailutuotteet ja #palvelut sekä keskeiset organisaatiot että matkailun taloudellisen merkityksen. Opiskelija osaa toimia kiitettävästi erilaisissa oppimis- ja toimintaympäristöissä. Lisäksi hän osaa toimia ryhmän jäsenenä edistäen ja kehittämien ryhmän toimintaa. Opiskelija osaa kriittisesti analysoida matkailukentän ilmiöitä. Hyvä (3-4): Opiskelija ymmärtää ja osaa hyvin nimetä ja kuvailla matkailun peruskäsitteet, lähtöalueet, reitit ja kohdealueet sekä työntö- ja vetovoimatekijät. Hän myös osaa hyvin kuvailla turistin muotokuvaa sekä matkailun motivaatiotekijöitä. Opiskelija tuntee hyvin matkailutuotteet ja #palvelut sekä keskeiset organisaatiot että matkailun taloudellisen merkityksen. Opiskelija osaa toimia hyvin erilaisissa oppimis- ja toimintaympäristöissä. Lisäksi hän osaa toimia ryhmän jäsenenä ryhmän yhteisten tavoitteiden saavuttamiseksi. Tyydyttävä (1-2): Opiskelija ymmärtää ja osaa tyydyttävästi nimetä ja kuvailla matkailun peruskäsitteet, lähtöalueet, reitit ja kohdealueet sekä työntö- ja vetovoimatekijät. Hän myös osaa tyydyttävästi kuvailla turistin muotokuvaa sekä matkailun motivaatiotekijöitä. Opiskelija tuntee pintapuolisesti matkailutuotteet ja #palvelut sekä keskeiset organisaatiot että matkailun taloudellisen merkityksen. Opiskelija osaa toimia ohjattuna asianmukaisesti erilaisissa oppimis- ja toimintaympäristöissä. Lisäksi hän osaa toimia ryhmän jäsenenä ja ottaa toiminnassaan muut ryhmän jäsenet huomioon.
Kirjallisuus:	Cooper, Fletcher, Gilbert, Shepherd & Wanhill: Tourism, Principles & Practice (2008) Muu materiaali ilmoitetaan opintojakson alussa.

(SLAA002) Liikunnan perusteet
Principles of Sports and Exercise

Laajuus: 5 op Ajoitus: 1. vsk

Osaamistavoite: Opintojakson suoritettuaan opiskelija tunnistaa keskeiset oppimiskäsitykset ja menetelmät. Opiskelija osaa suunnitella, toteuttaa ja arvioida opetus- ja ohjaustilanteita. Opiskelija osaa selittää miten terveyden edistämisen teoreettinen perusta on rakentunut sekä määrittellä terveyden edistämisen keskeiset käsitteet. Opiskelija tunnistaa terveyden edistämisen keskeisiä sisältöalueita sekä kykenee analysoimaan millaiset tekijät uhkaavat eri-ikäisten terveyttä ja hyvinvointia. Opiskelija osaa kuvata terveystuokunnan perusteita sekä tunnistaa liikunnallisen elämäntavan merkityksen terveydelle ja hyvinvoinnille.

Sisältö:	Oppimiskäsitykset ja menetelmät Oppimis- ja ohjausprosessi: ohjaustuokion suunnittelu, toteutus ja arviointi Luokkahuoneopetustilanne ja liikunnan ryhmäohjaus Terveyden ja hyvinvoinnin edistämisen teoreettinen perusta Terveyden edistämisen keskeiset käsitteet ja sisältöalueet Terveysliikunnan perusteet: vaikutukset, suositukset, annostelu. Terveysliikuntalajit UKK-terveyskuntomittaukset
Toteutus:	Luennot ja ohjatut harjoitukset.
Suoritukset:	Ohjaustuokio pareittain (liikunta) Ohjaustuokio pareittain (luokka) Verkkotehtävät 2 kpl Suullinen ryhmätentti
Arviointi:	Kiitettävä (5): Opiskelija valitsee asiantuntevasti käytettävän opetusmenetelmän ohjaus- ja opetustuokiolle. Opiskelija osaa suunnitella, toteuttaa ja arvioida liikunnan ryhmäohjaus- sekä luokkahuoneopetustuokion tavoitteiden toteutumista. Opiskelija toimii aloitteellisesti, ammatillisesti ja tavoitteellisesti opetus- ja ohjaustilanteissa. Opiskelija osaa arvioida kriittisesti sekä analysoida liikunnallisen elämäntavan merkitystä. Opiskelija osaa tulkita ja soveltaa terveyden ja hyvinvoinnin keskeisiä käsitteitä ja sisältöjä, terveysliikunnan vaikutusmekanismeja, suosituksia sekä annostuksia. Opiskelija osaa analysoida terveyskuntomittauksia. Opiskelija toimii ryhmän jäsenenä edistäen ja kehittäen ryhmän toimintaa. Hyvä (3-4): Opiskelija osaa nimetä, kuvailla ja perustella oppimiskäsityksiä ja opetusmenetelmiä. Opiskelija valitsee tarkoituksenmukaisia toimintatapoja liikunnan ryhmäohjaus- sekä luokkahuoneopetustuokiolle sekä arvioi niiden toteutusta. Opiskelija toimii itsenäisesti ja vastuullisesti oppimis- ja ohjaustilanteissa. Opiskelija osaa perustella ja arvioida liikunnallisen elämäntavan merkitystä. Opiskelija osaa nimetä, kuvailla ja perustella terveyden ja hyvinvoinnin keskeisiä käsitteitä ja sisältöjä, terveysliikunnan vaikutusmekanismit ja suositukset sekä terveysliikuntalajeja. Opiskelija osaa toteuttaa ja perustella terveyskuntomittauksia. Opiskelija toimii ryhmän jäsenenä ryhmän yhteisen tavoitteen saavuttamiseksi. Tyydyttävä (1-2): Opiskelija osaa nimetä ja kuvailla oppimiskäsityksiä ja opetusmenetelmiä. Opiskelija osaa suunnitella ja toteuttaa liikunnan ryhmäohjaus- sekä luokkahuoneopetustuokion. Opiskelija toimii asianmukaisesti oppimis- ja ohjaustilanteissa. Opiskelija tunnistaa liikunnallisen elämäntavan merkityksen. Opiskelija osaa nimetä ja kuvailla terveyden ja hyvinvoinnin keskeisiä käsitteitä ja sisältöjä, terveysliikunnan vaikutukset, suositukset sekä annostelun sekä terveysliikuntalajeja. Opiskelija osaa toteuttaa terveyskuntomittauksia. Opiskelija ottaa toiminnassaan toiset huomioon. Opiskelija toimii ryhmän jäsenenä.
Kirjallisuus:	Ilmoitetaan opintojakson alussa.

(SLPV004) English for Health and Sports
English for Health and Sports

Laajuus:	3 op	Ajoitus:	1. vsk
Osaamistavoite:	Opiskelija hallitsee liikunnan ja vapaa-ajan keskeisen sanaston ja osaa viestiä suullisesti ja kirjallisesti liikunnan ja vapaa-ajan viestintä- ja vuorovaikutustilanteissa.		
Edeltävä osaaminen:	Eurooppalainen viitekehys B2		
Sisältö:	Liikunta- ja vapaa-ajan keskeinen sanasto Suullinen ja kirjallinen viestintä ja vuorovaikutus Asiakkaan kohtaaminen		

Toteutus:	Ohjatut harjoitukset.
Suoritukset:	Aktiivinen osallistuminen, suulliset ja kirjalliset tehtävät, tentti
Arviointi:	Kiitettävä (5): Opiskelija osaa selittää toisin sanoin ja korvata sanaston puutteet huomaamattomasti sekä käyttää täsmällisesti alan sanastoa. Opiskelija osaa spontaanisti esitellä itsensä ja toiset, keskustella small talk -aiheista ja ottaa aktiivisen roolin keskustelun ylläpitämisessä moniammatillisissa ja -kulttuurisissa tilanteissa. Opiskelija osaa valmistella ja pitää vakuuttavan, jäsennellyn esityksen tarvittavine materiaaleineen sekä vastata yleisön tekemiin kysymyksiin spontaanisti ja tarvittaessa perusteellisesti. Opiskelija osaa viestiä ja ohjata asiakkaita taitavasti vaativissakin moniammatillisissa ja -kulttuurisissa tilanteissa (esim. palaverit, neuvottelut, palautekeskustelut) mukauttaen viestintätyyliään tilanteen ja viestintäkumppanin mukaan. Hyvä (3-4): Opiskelija osaa tarvittaessa ilmaista asian toisin sanoin sekä käyttää alan sanastoa melko täsmällisesti. Opiskelija osaa esitellä itsensä ja toiset, keskustella small talk -aiheita ja kantaa oman vastuunsa keskustelun ylläpitämisestä moniammatillisissa ja -kulttuurisissa tilanteissa. Opiskelija osaa itsenäisesti valmistella ja pitää lyhyen, mutta selkeän esityksen. Opiskelija osaa viestiä selkeästi keskeisissä moniammatillisissa ja -kulttuurisissa tilanteissa (esim. ohjaustilanteet, suullinen ja kirjallinen raportointi) mukauttaen viestintätyyliään tilanteen ja viestintäkumppanin mukaan. Tyydyttävä (1-2): Opiskelija käyttää alan perussanastoa niin, että olennainen viesti välittyy. Opiskelija osaa esitellä itsensä ja toiset sekä keskustella tutuista aiheista moniammatillisissa ja -kulttuurisissa tilanteissa. Opiskelija osaa pitää tutusta aiheesta yksinkertaisen ja ymmärrettävän esityksen valmista materiaalia ja apuneuvoja käyttäen. Opiskelija osaa viestiä ymmärrettävästi yksinkertaisissa, rutiiniluonteisissa moniammatillisissa ja -kulttuurisissa tilanteissa (esim. ohjeiden antaminen, sähköposti, lomakkeiden täyttö, CV, työyksikön esittely).
Kirjallisuus:	Ilmoitetaan opintojakson alussa.

(SLAB1Z) LIIKUNTABILOGIAN PERUSTEET 14 op
INTRODUCTION TO EXERCISE BIOLOGY

(SLAI004) Anatomia ja fysiologia
 Anatomy and Physiology

Laajuus:	4 op	Ajoitus:	1. vsk
Osaamistavoite:	Opiskelija ymmärtää ihmisruumiin rakenteen ja toiminnan siten, että osaa käyttää tietoperustaa asiakaslähtöisessä liikunnanohjaajan työssä, terveyden edistämisessä ja liikuntakäyttäytymisen vahvistamisessa.		
Sisältö:	Solut, kudokset, luusto, lihakset Veri, verenkierto, elimistön puolustusjärjestelmä, hengitys Ruuansulatus, virtsaneritys, nestetasapaino, lämmönsäätely Hormonieritys, lisääntyminen Hermosto, liikkeiden ja asennon säätely ja aistit		
Toteutus:	Luennot, ohjatut harjoitukset, itsenäinen opiskelu, opintojakso toteutetaan osittain verkko-opintoina. (1 op),		
Suoritukset:	Tentti, tehtävät		
Arviointi:	Kiitettävä (5): Opiskelija hallitsee pääteemojen sisällöt yksityiskohtaisesti sekä ymmärtää eri elinjärjestelmien toimintojen yhteydet säätelyjärjestelmiin. Opiskelija hallitsee elimistön toimintojen perusmittaukset ja niiden tulosten tulkinnat ja pystyy		

analysoimaan elimistön tilaa sekä soveltamaan tietojaan asiakaslähtöisesti. Hyvä (3-4): Opiskelija hallitsee pääteemojen sisällöt yksityiskohtineen.Liikuntakoneiston sekä hengitys ja verenkiertoelimistön toiminnat ja niiden yhteydet sääätelyjärjestelmiin ovat hallinnassa.Opiskelija hallitsee kehon toimintojen perusmittaukset,mutta tulkinnassa ja siten elimistön tilan analysoinnissa on parannettavaa.Perustietoa pystytään kuitenkin hyödyntämään asiakaslähtöisesti. Tyydyttävä (1-2): Opiskelija hallitsee pääteemojen sisällöt kokonaisvaltaisesti.Erityisesti liikuntakoneiston sekä hengitys ja verenkiertoelimistön rakenne ja toiminta ovat hallussa. mutta eri elinjärjestelmien yhteistoiminnan hahmottamisessa on kuitenkin puutteita.Opiskelija hallitsee elimistön toimintojen perusmittaukset,mutta tulkinnassa ja elimistön tilan analysoinnissa sekä yksityiskohtien hallinnassa on puutteita,mutta asiakkaiden kanssa toimintaan tiedot ovat riittävät.

Kirjallisuus: Leppäluoto, J.y.m. Anatomia ja fysiologia. Rakenteesta toimintaan. Alan tieteelliset artikkelit

(SLAI003) Kuormitusfysiologia

Exercise Physiology

Laajuus: 3 op Ajoitus: 1. vsk

Osaamistavoite: Opiskelija hallitsee perustiedot kehon toimintojen muutoksissa siirryttäessä lepotilasta maksimaaliseen suoritukseen.

Edeltävä osaaminen: Anatomia, fysiologia

Sisältö: Liikunnan vaikutus elimistön toimintoihin
Elintoimintojen muutokset
Harjoittelu ja sen vaikutukset
Fyysisen kunnan mittaaminen

Toteutus: Luennot, ohjatut harjoitukset

Suoritukset: Aktiivinen osallistuminen harjoituksiin, tentti

Arviointi: Kiitettävä (5): Opiskelija hallitsee yksityiskohdittain kuormituksen vaikutukset elimistön peustoimintoihin.Hermo-lihasjärjestelmän toiminnot voimantuotossa yhdistettyinä hapenkuljetusjärjestelmän ja energiantuotto- ja lämmönsäätelymekanismien toimintaan ja niiden säätelyyn sekä näiden alueiden perusmittaukset ja niiden tulosten analysointi ovat hallinnassa eikä tulkinnoissa harjoittelun ohjelmointia ajatellen ole puutteita. Hyvä (3-4): Opiskelija hallitsee yksityiskohdittain kuormituksen vaikutukset elimistön perustoimintoihin.Hermo-lihasjärjestelmän toiminnot voimantuotossa yhdistettyinä hapenkuljetusjärjestelmän ja energiantuotto- ja lämmönsäätelymekanismien toimintaan ja niiden säätelyyn sekä näiden alueiden perusmittaukset ja niiden tulosten analysointi ovat hallinnassa,mutta tulkinnoissa harjoittelun ohjelmointia ajatellen voi olla puutteita. Tyydyttävä (1-2): Opiskelija hallitsee kokonaisvaltaisesti kuormituksen vaikutukset elimistön perustoimintoihin,erityisesti liikuntakoneiston sekä hengitys ja verenkiertoelimistön toimintoihin.Hän tuntee hermo-lihasjärjestelmän toiminnan voimantuoton säätelyssä, hapenkuljetusjärjestelmän sekä energiantuotto- ja lämmönsäätelymekanismien toimintojen periaatteet ja tietää harjoittelun vaikutukset niihin kokonaisvaltaisesti.Näiden alueiden perusmittaukset ovat hallinnassa,mutta tulosten analysoinnissa ja niiden tulkinnoissa harjoittelua ajatellen on puutteita.

Kirjallisuus: Ilmoitetaan opintojakson alussa.

(SLAH007) Ihmisen motorinen kehitys

Motor Development in Humans

Laajuus: 4 op Ajoitus: 1. vsk

Osaamistavoite: Opiskelija osaa kuvata ihmisen kasvua ja kehitystä sääteleviä tekijöitä ja erotella eri toimintojen merkitystä motorisessa kehityksessä. Opiskelija osaa selittää ihmisen kehitystä sosiaalisen käyttäytymisen näkökulmasta, käyttää tietoperustaansa seurattessaan ja arvioidessaan ihmisen normaalia kasvua ja motorista kehitystä. Opiskelija osaa luokitella motorisen oppimisen etenemisen ja siihen vaikuttavat tekijät, kuvata liikkeen analysoinnin perusmenetelmät perehtyä ihmisen kasvua ja kehitystä sääteleviin tekijöihin. Opiskelija ymmärtää fyysisten tekijöiden, kognitiivisten toimintojen, motivaation, havainto- ja aistitoimintojen merkityksen motorisessa kehityksessä sekä osaa käyttää tietoperustaansa seurattessaan ja arvioidessaan ihmisen normaalia kasvua ja motorista kehitystä. Opiskelija tietää motorisen oppimisen etenemisen ja siihen vaikuttavat tekijät sekä osaa liikkeen analysoinnin perusmenetelmät.

Sisältö: Ihmisen kasvua ja kehitystä sääteleviä tekijöitä
Ihmisen kasvu ja kehitys eri ikäkausina
Ihmisen motoristen taitojen kehittyminen eri ikäkausina ja kehityksen havainnointi

Toteutus: Luennot, ohjatut harjoitukset, itsenäinen opiskelu

Suoritukset: Tehtävä

Arviointi: Kiitettävä (5): Soveltaa jo olemassa olevaa osaamistaan ja käsittelee kokonaisuutta asiakaslähtöisesti. Kykenee arvioimaan ja refleктоimaan omaa osaamistaan ja ammattialansa toimintatapoja hankkimansa tiedon avulla. Oppiminen kuvattu raportissa useamman teorian avulla ja esitetty konkreettisesti useamman esimerkin avulla. Omaa oppimista on pohdittu laajasti ja kuvattu monipuolisesti siihen vaikuttavia tekijöitä. Kaverin oppiminen on esitetty vaiheittain ja seurattu hänen tapaansa oppia koko tehtävän aikaväliltä ja verrattu eroja omaan oppimiseen. Pohdinnassa tuotu laajasti esiin kokemukset oppimistehtävästä. Hyvä (3-4): Ammattialan käsitteistö ja perustiedot hallinnassa. Osaa arvioida omaa osaamistaan ja ammattialan toimintatapoja. Kykenee ammattitaitoiseen toimintaan asiakastilanteissa ja perustella toimintaansa ammatillisesti. Oppimisprosessi on kuvattu yhden teorian avulla ja havainnollistettu yksittäisillä esimerkeillä. Kaverin oppiminen kuvattu, mutta ei laajaa yhteyttä teoriaan. Pohdinnassa täydennetty omaa oppimista useasti eri näkökulmasta. Tyydyttävä (1-2): Osaa käyttää yksittäisiä käsitteitä toiminnassaan ja nimetä alan perustiedot. Kykenee tarkoituksenmukaiseen toimintaan. Epävarmuutta päätöksenteossa. Pyrkii ottamaan asiakkaat/ muut huomioon toiminnassaan ja pyrkii ammattieettiseen toimintaan. Oppiminen on kuvattu prosessina, mutta ei käsitelty yhtenäisesti teorian avulla. Yksittäisiä viittauksia teoriaan. Ei käytännön esimerkkejä ja pohdinta kapea-alaista. Kaverin oppiminen kuvattu prosessina.

Kirjallisuus: Salpa, P. Lapsen liikkumisen kehitys.
Alan tieteelliset artikkelit
Muu materiaali ilmoitetaan opintojakson alussa.

(SLAU004) Yleisurheilu

Athletics

Laajuus: 3 op Ajoitus: 4. vsk

Osaamistavoite: Opiskelija kehittää taitojaan hyppämisessä, juoksemisessa ja heittämisessä. Hän tietää yleisurheilun keskeisemmät lajit, säännöt ja välineet. Opiskelija ymmärtää yleisurheilun yhteydet muihin lajeihin ja tutustuu voiman ja nopeuden

harjoittamiseen. Hän kehittää motorisia taitojaan ja taitoja ohjata lajiharjoituksia.

Sisältö:	Juokseminen, hyppääminen ja heittäminen Motoriset taidot ja yleisurheilun lajitaidot Voima ja nopeus Suoritusten ohjaaminen
Toteutus:	Ohjatut harjoitukset, ohjausharjoitukset.
Suoritukset:	Hyväksytyt taitotestit, tehtävät
Arviointi:	Kiitettävä (5): Hallitsee lajitekniikat rytmisesti ja sujuvasti. Tunnistaa tekniikoiden biomekaaniset ydinkohdat ja osaa opettaa ne hallituen tekniikkaopetuksen metodiikan yksityiskohtaisesti. Tietää lajien fyysiset vaatimukset huipputasolla. Osaa myös erityislajien perusteet niin, että pystyy suorittamaan ne hallitusti Hyvä (3-4): Hallitsee lajitekniikoiden ydinkohdat ja pystyy tekemään suoritukset siten, että rytmissä ja sujuvuudessa on kehitettävää. Tunnistaa tekniikoiden biomekaaniset ydinkohdat ja hallitsee tekniikkaopetuksen metodiikan perusteet. Tietää lajien fyysiset vaatimukset huipputasolla. Osaa erityislajien perusteet, mutta hallinnassa puutteita. Tyydyttävä (1-2): Hallitsee lajitekniikoiden ydinkohdat, mutta suoritusten rytmissä ja sujuvuudessa on selkeitä puutteita. Tietää tekniikoiden biomekaaniset ydinkohdat, mutta niiden tunnistamisessa on puutteita. Hallitsee tekniikkaopetuksen metodiikan perusteet ja tietää lajien fyysiset vaatimukset huipputasolla. Tunnistaa erityislajien perusteet, mutta ei pysty tekemään niitä.
Kirjallisuus:	Ilmoitetaan opintojakson alussa.

(SLAL3Z) LIIKUNTALAJIT 14 op
DIFFERENT SPORTS

(SLAU023) Pallopien perusteet
Introduction to Ball Games

Laajuus:	5 op	Ajoitus:	1. vsk
Osaamistavoite:	Opiskelija osaa jalkapallon, pesäpallon, lentopallon, koripallon ja salibandyn lajitaidot. Opiskelija osaa suunnitella lajitaitoja kehittäviä harjoitteita eri tasoille valmennettaville. Opiskelija osaa eri pallopien keskeiset säännöt. Opiskelija osaa käsiteltävien pallopien taktiikan perusteet		
Sisältö:	Jalkapallo, pesäpallo, lentopallo, koripallo ja salibandy. Viitepelit Pelinohjaus Säännöt Lajiharjoittelu		
Toteutus:	Luennot, ohjatut harjoitukset.		
Suoritukset:	Taitotasotesti, portfolio		
Arviointi:	Arviointi: Kiitettävä (5): Opiskelijan lajitaidot ovat monipuoliset ja puhtaat. Opiskelija osaa suunnitella yksilöllisiä harjoitteita eri pelitilanteisiin. Opiskelija kykenee analysoimaan ja soveltamaan oppimaansa. Hyvä (3-4): Opiskelijan osaa tehdä teknisesti puhtaat näytöt lajien ydintekniikoista. Opiskelija osaa suunnitella harjoituksia loogisesti lajin ydin kohtia korostaen. Opiskelija kykenee suunnittelemaan harjoitteita pelikäsityksen kehittämiseksi. Opiskelija osaa suunnitella ja muuntaa taktiikkaa pelitilanteiden mukaisesti. Tyydyttävä (1-2): Opiskelija osaa tehdä näytöt lajien ydintekniikoista Opiskelija osaa suunnitella		

harjoituksia lajin ydinkohtia korostaen Opiskelija osaa pelikäsitteiden määrittelyn Opiskelija osaa suunnitella harjoitteita TGFU:n periaatteiden mukaan Opiskelija tunnistaa, osaa nimetä ja soveltaa lentopallon, koripallon, pesäpallon, jalkapallon ja salibandyn taktiikoiden perusteita Opiskelija tunnistaa pelaajien roolit eritilanteissa

Kirjallisuus: Ilmoitetaan opintojakson alussa.

(SLAU015) Luistelu ja jääpelit

Skating and Ice Games

Laajuus: 3 op Ajoitus: 2. vsk

Osaamistavoite: Opiskelija tietää luistelun ja jääpelien merkityksen talviurheilumuotoina. Hän osaa luistelun perustekniikat sekä tutustuu eri jääpeleihin. Hän tietää luistelun mahdollisuudet tasapainon ja kunnon kehittämisessä.

Sisältö: Luistelu
Pelit ja leikit jäällä
Ohjausharjoitukset

Toteutus: Luennot, ohjatut harjoitukset, ohjausharjoitukset

Suoritukset: Luentojen, harjoitusten, ohjausharjoitusten hyväksytyt suorittaminen.

Arviointi: Kiitettävä (5): Käyttää laaja-alaisesti ja asiantuntevasti alan käsitteitä. osaa analysoida, vertailla ja soveltaa oppimaansa aikaisempaan osaamiseensa. Osaa yhdistellä ja valita tietoa sekä esittää ja perustella vaihtoehtoisia toimintatapoja. Hallitsee asiakaslähtöisen toimintatavan ja osaa valita oikeat menetelmät ja harjoitukset kullekin osaamistasolla, kokonaistavoite huomioiden. Itsenäinen, vastuullinen ja oppimismyönteinen tapa toimia. Harjaantunut ja laajasti sovellettavissa oleva kyky luistelussa. Tekniikat sujuvia ja luistelun yleisilme varma ja liike luonnollista. Ei selviä puutteita missään perustekniikassa (eteen-/taakse-/kaarre- luistelussa sekä käännökset/pysähdykset). Perustaidoissa (tasapaino, painonsiirto ((potku+liuku)) ei puutteita) Hyvä (3-4): Ammattialan käsitteet hallussa ja kykenee esittämään ne loogisesti ja ymmärrettävästi. Osaa soveltaa uutta tietoa jo aikaisemmin opittuun. Osaa arvioida omaa osaamistaan ja täydentää sitä johdonmukaisesti ja tavoitteellisesti. Luonteva tapa toimia asiakastilanteissa sekä ryhmän jäsenenä. Ammatillinen ote.Sujuva ja vauhdikas peruluistelun yleisilme. Luistelutaito hyvin sovellettavissa myös peleihin/leikkeihin. Tekniikat pääosin hallussa, mutta taitoharjoitteissa sekä yksittäisissä tekniikoissa havaittavissa puutteita. Perustekniikoissa selkeitä eroja (etu- takaperin, kaarreluistelut, pysähdykset) Tyydyttävä (1-2): Hallitsee yksittäisiä käsitteitä sekä kykenee kuvaamaan tarvittavat perustiedot. Tarkoituksenmukaisia valintoja toteutuksessa, joskin pientä epävarmuutta havaittavissa. Pyrkii asiakaslähtöiseen toimintaan.Horjuva/hutera tasapaino/perusasento. Etenee etuperin askeltaen ja liikua tapaillen.

Kirjallisuus: Ilmoitetaan opintojakson alussa.

(SLAU025) Skiing and Downhill Skiing

Skiing and Downhill Skiing

Laajuus: 4 op Ajoitus: 1. vsk

Osaamistavoite: Opiskelija tietää maastohiihdon merkityksen keskeisenä talviliikuntamuotona sekä osaa maastohiihdon perustekniikat. Opiskelija tunnistaa alppihiihdon perustekniikat.

Sisältö:	Maastohiihdon tekniikat Leikit suksilla Alppihiihto, telemark, lumilautailu
Toteutus:	Luennot, ohjatut harjoitukset.
Suoritukset:	Luentojen, harjoitusten ja ohjausharjoitusten hyväksytyt suorittaminen
Arviointi:	Kiitettävä (5): Hallitsee kaikki laskemisen perustekniikat sekä osaa soveltaa niitä monipuolisesti erilaisiin olosuhteisiin. Vauhdikas, urheilullinen ja kontrolloitu laskemisen ja hiihtämisen yleisilme. Tietää laskemiseen vaikuttavat tekijät ja osaa kuvata niitä erilaisten taitojen, välineiden ja motivaation näkökulmasta. Hyvä (3-4): Kykenee vauhdikkaaseen laskemiseen/hiihtämiseen erilaisissa olosuhteissa ja erilaisilla välineillä. Hallitsee eri päätekniikat tunnistettavasti. Tyydyttävä (1-2): Varovainen ja epätasapainoinen yleisilme. Aloittelijataso laskija/hiihtäjä. Laskee helpoissa olosuhteissa sujuvasti ja oppien/kehittyen. Tietää laskemiseen vaikuttavat päätekijät ja osaa kuvata erilaisia laskutapoja/tekniikoita laajasti.
Kirjallisuus:	Ilmoitetaan opintojakson alussa.

(SLPV014) Intercultural Communication

Intercultural Communication

Laajuus:	2 op	Ajoitus:	1. vsk
Osaamistavoite:	Opiskelija osaa määritellä kulttuurin ja viestinnän käsitteet sekä tunnistaa ne muuttajat, joiden avulla kulttuureja vertaillaan. Opiskelija tiedostaa kulttuurin vaikutuksen viestintään sekä tunnistaa kulttuurista johtuvia eroja viestinnässä. Opiskelija osaa kuvata toiseen kulttuuriin sopeutumisen prosessina ja tunnistaa siihen vaikuttavat tekijät.		
Sisältö:	Kulttuurin eri ulottuvuudet Kieli, kulttuuri ja viestintä Kulttuurien kohtaaminen		
Toteutus:	Ohjatut harjoitukset, opetuskieli englanti		
Suoritukset:	Aktiivinen osallistuminen, suulliset ja kirjalliset tehtävät, oppimispäiväkirja ja/ tai tentti		
Arviointi:	Kiitettävä (5): Opiskelija osaa vertailla kulttuureja sekä kulttuurien välisiä eroja yleisellä (culture-general) tasolla. Opiskelija osaa arvioida oman kulttuurienvälisen viestintäosaamisensa kehittymistä. Hyvä (3-4): Opiskelija osaa selittää kulttuurin ja viestinnän peruskäsitteitä ja vertailla kulttuureja kulttuurisidonnaisesti (culture-specific) käyttäen eri muuttujia. Opiskelija tiedostaa oman kulttuuritaustansa vaikutuksen omaan viestintäänsä. Tyydyttävä (1-2): Opiskelija tunnistaa kulttuurin ja viestinnän peruskäsitteet sekä muuttajat, joilla kulttuureja vertaillaan. Opiskelija tiedostaa kulttuurin vaikutuksen viestintään.		
Kirjallisuus:	Ilmoitetaan opintojakson alussa.		

**(SLAL4Z) LIIKUNTA YHTEISKUNNASSA 13 op
SPORTS IN SOCIETY**

Moduulin suoritettuaan opiskelija osaa kuvata terveyden ja hyvinvoinnin edistämisen asemaa yhteiskunnassa. Opiskelija osaa käyttää oppilaitoksen tietokoneita ja oheislaitteita. Hän hallitsee oman alansa suullisen ja kirjallisen

viestinnän ja vuorovaikutuksen kotimaisilla kielillä ja vähintään yhdellä vieraalla kielellä. Opintojaksot: SLAH019 Terveysten ja hyvinvoinnin edistäminen 4 op SLAS001 Suomen kieli ja viestintä 4 op SLPV002 Svenska för idrottsbranchen 3 op SLAH020 Tietotekniikka 2 op

(SLAH019) Terveysten ja hyvinvoinnin edistäminen

Health and Well-being Promotion

Laajuus: 4 op Ajoitus: 1. vsk

Osaamistavoite: Opintojakson suoritettuaan opiskelija osaa kuvata liikuntaa yhteiskunnallisena ilmiönä ja liikunnan hallinnollista järjestäytymistä. Hän osaa selittää terveysten ja hyvinvoinnin edistämistä kunnissa.

Sisältö: Liikunta yhteiskunnallisena ilmiönä, liikuntalaki
Liikunnan hallinnollinen järjestäytyminen
Liikunnan rahoitus
Terveysten ja hyvinvoinnin edistäminen kunnassa

Toteutus: Luennot ja oppimistehtävät

Suoritukset: Ilmoitetaan opintojakson alussa.

Arviointi: Kiitettävä (5): Opiskelija osaa tulkita laaja-alaisesti liikuntaa yhteiskunnallisena ilmiönä. Opiskelija osaa laatia kehittämissuunnitelmia kotikuntansa terveysten ja hyvinvoinnin edistämiseksi. Opiskelija osaa arvioida teoreettiseen perustaan suhteuttaen vertaisen oppimistehtävää. Opiskelija osaa analysoida kriittisesti omaa toimintaansa. Hyvä (3-4): Opiskelija osaa selittää liikunnan julkisen, yksityisen ja kolmannen sektorin organisoimista. Opiskelija osaa analysoida kotikuntansa terveysten ja hyvinvoinnin edistämistyötä. Tyydyttävä (1-2): Opiskelija osaa kuvata liikunnan merkitystä yhteiskunnallisena ilmiönä. Opiskelija osaa kuvata liikunnan hallinnollista järjestäytymistä ja liikuntalain ydinkohdat. Opiskelija osaa kuvata liikunnan rahoitusta ja avustuskäytänteitä. Opiskelija osaa kuvata terveysten ja hyvinvoinnin edistämistä kunnassa.

Kirjallisuus: Ilmoitetaan opintojakson alussa.

(SLAS001) Suomen kieli ja viestintä

Finnish Language and Communication

Laajuus: 4 op Ajoitus: 1.vsk

Osaamistavoite: Opiskelija hallitsee työelämässä tarvittavat yhteistyötaidot, viestinnän ja vuorovaikutuksen. Opiskelija kehittää suullisen ja kirjallisen viestinnän taitojaan osana ammattitaitoaan.

Sisältö: Vuorovaikutus
Suullisen ja kirjallisen viestinnän perusteet
Tieteellinen kirjoittaminen

Toteutus: Luennot, harjoitukset ja itsenäinen työskentely

Suoritukset: Harjoitukset, tentti

Arviointi: Kiitettävä (5): Opiskelija ymmärtää kielen merkityksen oman ammatillisen identiteettinsä luojana ja vahvistajana ja hyödyntää kieltä osana ammatillisuuttaan. Opiskelija hakeutuu palautetilanteisiin aktiivisesti ja rakentavasti. Opiskelija jakaa asiantuntijuuttaan yhteisössä tilanteeseen sopivimmalla tavalla ja viestintävälineellä ja laatii asiantuntijuutta osoittavan tavoitteellisen esityksen. Opiskelija argumentoi

monipuolisesti, tehokkaasti ja tilanteen mukaisesti. Opiskelija osaa myös kyseenalaistaa yhteisön omaksumia kielellisiä käytänteitä ja pyrkii perustellusti muokkaamaan niitä. Opiskelija pystyy referoimaan lähteitä siten, että kokonaisuus muodostaa uuden, tuoreen ajatuksen ja osaa muokata tieteellisen tekstin toiseen, viestintäkontekstiin sopivaan muotoon. Opiskelija hakee itsenäisesti alan uusinta tietoa ja suhtautuu uuteen tietoon uteliaasti. Opiskelija kykenee arvioimaan asiantuntijatyötä eettisestä ja kulttuurisesta näkökulmasta ja luomaan kannustavan ilmapiirin. Hyvä (3#4): Opiskelija osaa eritellä heikkouksiaan ja vahvuuksiaan viestijänä. Opiskelija arvioi oman toimintansa merkitystä osana viestintäprosessia ja ottaa vastaan ja antaa rakentavaa palautetta. Opiskelija ymmärtää käytetyn kielimuodon merkityksen ammatillisessa toiminnassa. Opiskelija ottaa huomioon esitystilanteissa kohderyhmän ja hyödyntää eri viestintävälineitä. Opiskelija osaa laatia oman alansa tekstejä tiiviillä, yksiselitteisellä, havainnollisella ja selkokielisellä tavalla ja ottaa huomioon lukijan. Opiskelija tuntee organisaation tavat tuottaa tekstejä ja noudattaa tapaa. Opiskelija hyödyntää oman alansa lähdetekstejä monipuolisesti ja kriittisesti osana omaa tekstiään ja yhdistää lähteiden ajatuksia omiin ajatuksiinsa tyyllisesti yhtenäiseksi ja ehjäksi kokonaisuudeksi. Tyydyttävä (1#2): Opiskelija on tietoinen oman viestintätyyliinsä vaikutuksesta viestintäprosessissa. Opiskelija osaa laatia työelämän tekstin annetulle kohderyhmälle. Opiskelija pystyy esittelemään oman alansa aiheita ja havainnollistamaan esitystä. Opiskelija noudattaa teksteissään asiatyyliliä ja keskeisiä kielenhuollon normeja. Opiskelija erottaa oman ajattelun lähteestä lainatusta. Opiskelija osaa laatia rakenteeltaan ehjän, ongelmaperustaisen tekstin, mutta lähteiden referointi on mekaanista. Opiskelija osaa kuvata kulttuurin vaikutusta viestintätilanteessa.

Kirjallisuus: Ilmoitetaan opintojakson alussa.

(SLPV002) Svenska för idrottsbranschen
Swedish for Sports

Laajuus: 3 op Ajoitus: 1. vsk

Osaamistavoite: Opiskelija hallitsee liikunnan ja vapaa-ajan keskeisen sanaston ja osaa viestiä suullisesti ja kirjallisesti liikunnan ja vapaa-ajan viestintä- ja vuorovaikutustilanteissa.

Edeltävä osaaminen: Eurooppalainen viitekehys B1

Sisältö: Liikunta- ja vapaa-ajan keskeinen sanasto
Suullinen ja kirjallinen viestintä ja vuorovaikutus
Asiakkaan kohtaaminen

Toteutus: Ohjatut harjoitukset.

Suoritukset: Aktiivinen osallistuminen, suulliset ja kirjalliset tehtävät, suullinen ja kirjallinen tentti

Arviointi: Kiitettävä (5): Opiskelija osaa selittää toisin sanoin ja korvata sanaston puutteet huomaamattomasti sekä käyttää täsmällisesti alan sanastoa. Opiskelija osaa kertoa monipuolisesti ja tarkoituksenmukaisesti koulutuksestaan, työkokemuksestaan ja -tehtävistään esim. työnhakutilanteessa. Opiskelija osaa spontaanisti esitellä itsensä ja toiset, keskustella småprat-aiheista ja ottaa aktiivisen roolin keskustelun ylläpitämisessä moniammatillisissa ja -kulttuurisissa tilanteissa. Opiskelija osaa valmistella ja pitää vakuuttavan, jäsennellyn esityksen/ ohjaustuokion tarvittavine materiaaleineen sekä vastata yleisön/ asiakkaiden tekemiin kysymyksiin spontaanisti ja tarvittaessa perusteellisesti. Opiskelija osaa viestiä ja ohjata asiakkaita taitavasti vaativissakin moniammatillisissa ja -kulttuurisissa tilanteissa (esim. palaverit, neuvottelut, palautekeskustelut) mukauttaen viestintätyyliään tilanteen ja

viestintäkumppanin mukaan. Hyvä (3-4): Opiskelija osaa tarvittaessa ilmaista asian toisin sanoin sekä käyttää alan sanastoa melko täsmällisesti. Opiskelija osaa kertoa keskeiset asiat koulutuksestaan, työkokemuksestaan ja -tehtävistään eheänä kokonaisuutena esim. työnhakutilanteessa. Opiskelija osaa esitellä itsensä ja toiset, keskustella småprat-aiheita ja kantaa oman vastuunsa keskustelun ylläpitämisestä moniammatillisissa ja -kulttuurisissa tilanteissa. Opiskelija osaa itsenäisesti valmistella ja pitää lyhyen, mutta selkeän esityksen/ ohjaustuokion. Opiskelija osaa viestiä selkeästi keskeisissä moniammatillisissa ja -kulttuurisissa tilanteissa (esim. ohjaustilanteet, suullinen ja kirjallinen raportointi) mukauttaen viestintätyyliään tilanteen ja viestintäkumppanin mukaan. Tyydyttävä (1-2): Opiskelija osaa käyttää alan perussanastoa niin, että olennainen viesti välittyy. Opiskelija osaa kertoa pääosin ymmärrettävästi mutta lyhyesti ja yksipuolisesti koulutuksestaan, työkokemuksestaan ja -tehtävistään esim. työnhakutilanteessa. Opiskelija osaa esitellä itsensä ja toiset sekä keskustella tutuista aiheista moniammatillisissa ja -kulttuurisissa tilanteissa. Opiskelija osaa pitää tutusta aiheesta yksinkertaisen ja ymmärrettävän esityksen/ ohjaustuokion valmista materiaalia ja apuneuvoja käyttäen. Opiskelija osaa viestiä ymmärrettävästi yksinkertaisissa, rutiiniluonteisissa moniammatillisissa ja -kulttuurisissa tilanteissa (esim. ohjeiden antaminen, sähköposti, lomakkeiden täyttö, CV, työyksikön esittely).

Kirjallisuus: Ilmoitetaan opintojakson alussa.

(SLAH020) Tietotekniikka

Data Processing

Laajuus: 2 op Ajoitus: 1. vsk

Osaamistavoite: Opiskelija hallitsee teksinkäsittelyn ja taulukkolaskennan taidot monipuolisesti sekä perusteet digitaalisen julkaisun laatimisessa omassa työskentelyssään.

Sisältö: Tekstinkäsittely
Taulukkolaskenta
Powerpointin perusteet digitaalisen julkaisun tekemisessä

Toteutus: Luennot, ohjatut harjoitukset

Suoritukset: Tentti

Arviointi: Ilmoitetaan opintojakson alussa.

Kirjallisuus: Ilmoitetaan opintojakson alussa.

**(SLAO1Z) LIIKUNNAN OHJAAMINEN 16 op
EXERCISE INSTRUCTION**

(SLAK004) Liikuntakasvatuksen perusteet

Introduction to Physical Education

Laajuus: 4 op Ajoitus: 2 vsk

Osaamistavoite: kasvatukselliset, tiedolliset ja taidolliset tavoitteet sekä liikunnanopetuksen opetusmenetelmät.

Sisältö: Liikunnanopetuksen tavoitteet ja sisällöt
Liikunnan suunnittelu, toteutus ja arviointi
Opetustapahtuman ohjaaminen ja opetusmenetelmät

tunnistaa perusteet ja osaa ohjata sisäpyöräilyä kohtalaisesti. Opiskelija osaa yleisimpien paritanssien askeleet sekä tunnistaa myös muiden tanssityylien askeleita. Tyydyttävä (1-2): Opiskelija osaa nimetä ja kuvailla joitakin aerobicin perusliikkeitä ja tehdä niistä yksinkertaisia sarjoja. Opiskelija osaa ohjata helppoja aerobic liikkeitä. Opiskelija osaa toteuttaa kohtalaisesti liikuntaesityksen. Opiskelija osaa käyttää joitakin välineitä musiikkiliikunnassa sekä tunnistaa sisäpyöräilyn perusteita. Opiskelija osaa joitakin yleisimpien paritanssien askeilta ja tunnistaa joitakin muiden tanssityylien askelia.

Kirjallisuus: Ilmoitetaan opintojakson alussa.

(SLAU019) Vesiliikunta
Aquatic Sports

Laajuus: 5 op Ajoitus: 1. vsk

Osaamistavoite: Opiskelija suorittaa SUH:n uimaopettajan tutkinnon. Opiskelija osaa perustiedot ja -taidot vesiliikunnasta. Hän osaa suunnitella, ohjata ja arvioida vesiliikuntaa.

Sisältö: Uimaopettajakurssi
Vesijumpan ja -treenin eri muodot
Opetuksen suunnittelu ja toteutus

Toteutus: Luennot, ohjatut harjoitukset, ohjausharjoitukset. Opintojakso toteutetaan osittain TK- opintoina.

Suoritukset: Taitotestit, ohjaukset, tentti

Arviointi: Kiitettävä (5): Käyttää laaja-alaisesti ja asiantuntevasti alan käsitteitä. osaa analysoida, vertailla ja soveltaa oppimaansa aikaisempaan osaamiseensa. Osaa yhdistellä ja valita tietoa sekä esittää ja perustella vaihtoehtoisia toimintatapoja. Hallitsee asiakaslähtöisen toimintatavan ja osaa valita oikeat menetelmät ja harjoitukset kullekin osaamistasolla, kokonaistavoite huomioiden. Itsenäinen, vastuullinen ja oppimismyönteinen tapa toimia. Osaa hyödyntämään musiikkia ohjauksessaan. Harjaantunut uintitekniikka. Tekniikat sujuvia ja vesitaitavuus on luonnollista. Veden ominaisuuksien hyödyntäminen näkyy vesiliikunnan ohjaamisessa. Ei selviä puutteita missään perustekniikassa (Vapaa-uinti, rintauinti ja selkäuinti). Perustaidoissa (liuku, sukeltaminen, hyppääminen) ei ole puutteita. Hyvä (3-4):Opiskelijalla on ammattialan käsitteet hallussa ja kykenee esittämään ne loogisesti ja ymmärrettävästi. Osaa soveltaa uutta tietoa jo aikaisemmin opittuun. Osaa arvioida omaa osaamistaan ja täydentää sitä johdonmukaisesti ja tavoitteellisesti. Luonteva tapa toimia asiakastilanteissa sekä ryhmän jäsenenä. Ammatillinen ote. Osaa ohjata musiikin avulla. Uinti on sujuvaa. Osaa hyödyntää veden ominaisuuksia. Tekniikat pääosin hallussa, mutta taitoharjoitteissa sekä yksittäisissä tekniikoissa havaittavissa puutteita. Perustekniikoissa selkeitä eroja (vapaauinti, rintauinti, selkäuinti) Perustaidoissa (liuku, sukeltaminen ja hyppääminen) ei ole puutteita. Tyydyttävä (1-2): Hallitsee yksittäisiä käsitteitä sekä kykenee kuvaamaan tarvittavat perustiedot. Tarkoituksenmukaisia valintoja toteutuksessa, joskin pientä epävarmuutta havaittavissa. Pyrkii asiakaslähtöiseen toimintaan. Perustekniikoissa puutteita, perustaidoissa korjattavaa.

Kirjallisuus: Hakamäki, J. & Läärä, J. (toim.)
Uimaopetuksen käsikirja
Anttila. Vesivoimistelu

(SLVT012) Soveltava liikunta
Applied Exercise

Laajuus:	3 op	Ajoitus:	2. vsk.
Osaamistavoite:	Opiskelija tunnistaa erityistukea tarvitsevien liikunnan ja sen kehittämisen keskeiset elementit. Opiskelija osaa käyttää tavoitteellisesti ja monipuolisesti eri ohjaus- ja opetusmenetelmiä. Opiskelija osaa kohdata heterogeenisiä ryhmiä ja huomioida yksilön ryhmässä. Opiskelija osaa soveltaa liikuntaa erityistukea tarvitseville erilaisissa toimintaympäristöissä.		
Sisältö:	Erityisliikunnan käsitteet, arvot ja väestöosuudet Liikunnan merkitys eri ryhmille Erityisliikunnan kokonaisuus Suomessa Soveltava liikuntakasvatusta koulussa Esteettömyys Soveltavan liikuntakasvatuksen didaktiikka Inklusio, toiminnan eri ulottuvuudet Yksilöllinen kohtaaminen, eriyttäminen Kehitysvammaisten, mielenterveyskuntoutujien ja aistivammaisten liikunnan ohjaaminen		
Toteutus:	Luennot ja ohjatut harjoitukset, T&K -projekti		
Suoritukset:	Ilmoitetaan opintojakson alussa.		
Arviointi:	<p>Kiitettävä (5): Opiskelija tulkitsee ja analysoi laaja-alaisesti ja asiantuntevasti soveltavan liikunnan keskeisiä elementtejä. Opiskelija tulkitsee asiantuntevasti soveltavaan liikunnanohjaamiseen liittyviä käsityksiä ja menetelmiä. Opiskelija huomioi yksilön ryhmässä (eriyttäminen). Opiskelija valitsee ja käyttää monipuolisesti tarkoituksenmukaisia ohjaus- ja opetusmenetelmiä sekä arvioi ja perustelee niiden toteutusta. Opiskelija osaa soveltaa liikuntaa erityistukea tarvitseville erilaisissa toimintaympäristöissä. Opiskelija käyttää ohjauksessaan erilaisia keinoja inklusion kirjosta ja osaa perustella ja analysoida valintojaan. Opiskelija toimii itsenäisesti, vastuullisesti ja aloitteellisesti oppimis- ja ohjaustilanteissa. Opiskelija osaa ennakoida tulevaa ja luo uutta (innovatiivisuus). Opiskelija osaa toimia ammatillisesti ja tavoitteellisesti opetus- ja ohjaustilanteissa. Opiskelija osaa toimia ryhmän jäsenenä edistäen ja kehittämällä ryhmän toimintaa.</p> <p>Hyvä (3-4): Opiskelija osaa nimetä, kuvailla ja yhdistellä soveltavan liikunnan keskeisiä elementtejä. Opiskelija osaa nimetä, kuvailla ja perustella soveltavaan liikunnanohjaamiseen liittyviä käsityksiä ja menetelmiä. Opiskelija huomioi yksilön ryhmässä (eriyttäminen). Opiskelija valitsee ja käyttää tarkoituksenmukaisia ohjaus- ja opetusmenetelmiä sekä arvioi niiden toteutusta. Opiskelija osaa soveltaa liikuntaa erityistukea tarvitseville. Opiskelija käyttää ohjauksessaan erilaisia keinoja inklusion kirjosta ja osaa perustella valintojaan. Opiskelija osaa toimia itsenäisesti ja vastuullisesti oppimis- ja ohjaustilanteissa. Opiskelija toteuttaa hallitusti prosesseja. Opiskelija osaa toimia ammatillisesti opetus- ja ohjaustilanteissa. Opiskelija osaa toimia ryhmän jäsenenä ryhmän yhteisen tavoitteen saavuttamiseksi.</p> <p>Tyydyttävä (1-2): Opiskelija osaa nimetä ja kuvailla soveltavan liikunnan keskeisiä elementtejä (käsitteet, arvot, sisällöt). Opiskelija osaa nimetä ja kuvailla soveltavaan liikunnanohjaamiseen liittyviä käsityksiä ja menetelmiä. Opiskelija toteuttaa ohjaus- ja opetustilanteen erityishuomiota vaativalle kohderyhmälle. Opiskelija tunnistaa erilaisia keinoja yhteiseen toimintaan (inklusion kirjo). Opiskelija toimii asianmukaisesti oppimis- ja ohjaustilanteissa. Opiskelija toistaa hyviä käytänteitä rutiininomaisesti (pysyy tutussa ja turvallisessa). Opiskelija ottaa toiminnassaan toiset huomioon. Opiskelija osaa toimia ryhmän jäsenenä.</p>		
Kirjallisuus:	Heikinaro-Johansson, Kolkka. Koululiikuntaa kaikille Rintala, Huovinen, Niemelä, Soveltava liikunta		

(SLAV1Z) VALMENTAMINEN 18 op

COACHING

(SLAV001) Valmennusoppi

Coaching Science

Laajuus: 4 op Ajoitus:

Osaamistavoite: Opiskelija tuntee valmennusjärjestelmien systematiikan, valmennuksen edellyttämän fysiologisen ja biomekaanisen perustan, urheilijoiden yleiset testausmenetelmät ja osaa käyttää tietojaan analyttisesti tehokkaassa ja turvallisessa valmennusprosessissa.

Edeltävä osaaminen: Anatomia ja fysiologia, ihmisen motorinen kehitys.

Sisältö: . Pääteema 1:
Tavoite: Opiskelija tuntee valmennuksen peruskäsitteet adaptaatiomallien, superkompensaation sekä ikä- ja herkkyykskausien osalta ja osaa soveltaa niitä valmennuksen ohjelmoinnissa.
Pääteema 2:
Tavoite: Opiskelija osaa soveltaa aerobisen ja anaerobisen energiantuoton periaatteita kestävyysominaisuuksien kehittämisessä.
Pääteema 3:
Tavoite: Opiskelija osaa soveltaa hermo-lihasjärjestelmän toiminnan periaatteita voima- ja nopeusominaisuuksien kehittämisessä.
Pääteema 4: Tavoite: Opiskelija osaa taidon harjoittelun periaatteet ja osaa käyttää niitä harjoitustilanteissa.

Toteutus: Luennot ja harjoitukset sekä itsenäinen opiskelu.

Suoritukset: Tentti, oppimistehtävät.

Arviointi: Kiitettävä (5): Soveltaa jo olemassa olevaa osaamistaan ja käsittelee kokonaisuutta asiakaslähtöisesti. Kykenee arvioimaan ja refleктоimaan omaa osaamistaan ja ammattialansa toimintatapoja hankkimansa tiedon avulla. Valmennusprosessi pystytään suunnittelemaan ja toteuttamaan yksityiskohtaisesti ja turvallisesti kohteen ominaisuuksien ja tarpeiden mukaisesti kokonaisvaltaisen analyysin pohjalta. Hyvä (3-4): Ammattialan käsitteistö ja perustiedot hallinnassa. Osaa arvioida omaa osaamistaan ja ammattialan toimintatapoja. Kykenee ammattitaitoiseen toimintaan asiakastilanteissa ja perustelemaan toimintaansa ammatillisesti. Valmennusprosessi pystytään suunnittelemaan turvallisesti ja valmennusopin perusteiden mukaisesti, mutta yksityiskohtien hallinnassa puutteita. Analyysikyky ei täysin kokonaisvaltainen. Tyydyttävä (1-2): Osaa käyttää yksittäisiä käsitteitä toiminnassa ja nimetä alan perustiedot. Kykenee tarkoituksenmukaiseen toimintaan, mutta valmennuksen osa-alueiden yhteyksissä puutteita. Osaa kuitenkin suunnitella turvallisen harjoitusohjelman ja kykenee yksittäisten osa-alueiden analyysiin.

(SLAV002) Lihahuolto ja ergonomia

Muscle Care and Ergonomics

Laajuus: 4 op Ajoitus: 2. vsk.

Osaamistavoite: Opintojakson suoritettuaan opiskelija hallitsee lihashuollon ja lihaskuntoharjoittelun eri työtavat sekä ohjaamisen. Opiskelija tunnistaa toiminnallisen harjoittelun keskeiset periaatteet. Opiskelija tunnistaa työn tekemiseen vaikuttavat ergonomiset ja työsuojelulliset näkökohdat sekä osaa soveltaa tietämystään ohjatessaan työpaikkaryhmiä. Opintojakso suoritetaan osittain T&K opintoina.

Edeltävä osaaminen: Anatomia ja fysiologia 4 op.

Sisältö:	Venyttävät ja vahvistavat harjoitteet Liikkuvuusharjoittelu ja toiminnalliset liikkuvuustestit Ryhti Toiminnallinen harjoittelu Ergonomian käsitteet Ergonomian arviointimenetelmiä Työn kuormittavuus: istuma-, nosto-, ja toistotyö Ääniergonomia Taukoliikunta Työsuojelu
Toteutus:	Luennot ja ohjatut harjoitukset Opintojakso toteutetaan osittain TK opintoina.
Suoritukset:	Ilmoitetaan opintojakson alussa.
Arviointi:	Kiitettävä (5): Opiskelija osaa käyttää asiantuntevasti ja monipuolisesti lihaskuntoharjoittelun eri työtapoja sekä perustella ja analysoida valintojaan. Opiskelija osaa käyttää monipuolisesti lihaksiin kohdistuvia vahvistavia ja venyttäviä harjoitteita ja soveltaa sisältöä vastaamaan työn kuormitusta sekä analysoida ja perustella valintojaan. Opiskelija tunnistaa ja soveltaa toiminnallisen harjoittelun elementtejä ja osaa perustella valintojaan. Opiskelija tunnistaa tyypillisimmät istuma-, nosto- ja toistotyön ongelmat sekä osaa laaja-alaisesti ja monipuolisesti soveltaa ergonomiatietämystään. Opiskelija osaa huomioida työsuojelullisia näkökohtia työelämässä. Opiskelija osaa toimia ryhmän jäsenenä edistäen ja kehittämällä ryhmän toimintaa sekä ammattieettisiä periaatteita soveltaen. Hyvä (3-4): Opiskelija osaa käyttää johdonmukaisesti lihaskuntoharjoittelun eri työtapoja sekä perustella valintojaan. Opiskelija käyttää monipuolisesti lihaksiin kohdistuvia vahvistavia ja venyttäviä harjoitteita ja soveltaa sisältöä vastaamaan työn kuormitusta. Opiskelija tunnistaa ja soveltaa toiminnallisen harjoittelun elementtejä. Opiskelija tunnistaa tyypillisimmät istuma-, nosto- ja toistotyön ongelmat ja osaa soveltaa ergonomiatietämystään käytännössä. Opiskelija osaa huomioida työsuojelullisia näkökohtia työelämässä. Opiskelija osaa toimia ryhmän jäsenenä yhteisten tavoitteiden saavuttamiseksi sekä perustella toimintansa eettisten periaatteiden mukaisesti. Tyydyttävä (1-2): Opiskelija tunnistaa lihaskuntoharjoittelun työtapoja. Opiskelija käyttää lihaksiin kohdistuvia vahvistavia ja venyttäviä harjoitteita ohjatessaan asiakasryhmää, mutta toiminta on kaavamaisista. Opiskelija tunnistaa toiminnallisen harjoittelun keskeiset elementit. Opiskelija tunnistaa tyypillisimmät istuma-, nosto- ja toistotyön ongelmat sekä ergonomiset ja työsuojelulliset näkökohdat. Opiskelija osaa toimia ryhmän jäsenenä ja ottaa vastuun omasta toiminnastaan.
Kirjallisuus:	Ilmoitetaan opintojakson alussa.

(SLAU006) Voimistelu
Gymnastics

Laajuus:	3 op	Ajoitus:	2. vsk
Osaamistavoite:	Opiskelija osaa määrittellä voimistelun tärkeimmät termit, kehittää perusliikkeet alkeista lopulliseen suoritukseen ja osaa avustaa niissä. Opiskelija osaa perus- ja telinevoimistelun perusliikkeet ja yhdistää liikkeitä liikesarjoiksi. Opiskelija osaa käyttää perus- ja telinevoimistelua motoristen taitojen kehittämisessä.		
Sisältö:	Perusvoimistelu Välineet voimistelussa Telinevoimistelu, jumppasirkus Liikekehittelyt ja avustaminen		
Toteutus:	Luennot, ohjatut harjoitukset, ohjausharjoitukset. Opintojakso suoritetaan osittain		

(SLAL006) Ravitsemus

Nutrition

Laajuus:	4 op	Ajoitus:	
Osaamistavoite:	Opiskelija osaa selittää terveyttä edistävän ruokavalion pääperiaatteet ja osaa arvioida elintarvikkeiden ravitsemuksellista laatua. Opiskelija osaa antaa ravinto-ohjausta huomioiden asiakkaan fyysisen aktiivisuuden, iän ja muut ruokaan liittyvät yksilölliset tarpeet.		
Sisältö:	Ravistemussuositusten mukainen ruokavalio Ravitsemukselliset tarpeet eri ikäryhmissä Liikunnan vaikutus energian ja ravintoaineiden tarpeeseen Ruokailuun liittyvät erityistapet Elintarviketuntemus Ruokavalion ravintosisällön arviointi Ravinto-ohjaus		
Toteutus:	Luennot, ohjatut harjoitukset		
Suoritukset:	Tentti ja ohjausharjoitus		
Arviointi:	<p>Kiitettävä (5): Opiskelija osaa käyttää asiantuntevasti ja monipuolisesti ravitsemukseen liittyviä käsitteitä sekä kuvata ja perustella terveyttä edistävän ravitsemuksen periaatteet sekä fyysisestä aktiivisuudesta johtuvat tarpeet asiantuntevasti ja laaja-alaisesti. Opiskelija osaa arvioida asiakkaan ruokavaliota ja antaa ravinto-ohjasta hyödyntäen opintojaksolla opiskelija asioita monipuolisesti ja kriittisesti. Opiskelija osaa toimia ryhmän jäsenenä edistäen ja kehittämisen ryhmän toimintaa sekä ammattieettisiä periaatteita soveltaen. Hyvä (3-4): Opiskelija osaa käyttää johdonmukaisesti ravitsemukseen liittyviä keskeisiä käsitteitä sekä kuvata ja perustella terveyttä edistävä ravitsemuksen periaatteet sekä fyysisestä aktiivisuudesta johtuvat tarpeet. Opiskelija osaa arvioida asiakkaan ruokavaliota ja antaa ravinto-ohjausta hyödyntäen opintojaksolla opiskelija asioita monipuolisesti. Opiskelija osaa toimia ryhmän jäsenenä yhteisten tavoitteiden saavuttamiseksi sekä perustella toimintansa eettisten periaatteiden mukaisesti. Tyydyttävä (1-2): Opiskelija osaa käyttää keskeisiä ravitsemukseen liittyviä käsitteitä ja kuvata pääpiirteissään terveyttä edistävän ravitsemuksen periaatteet sekä fyysisestä aktiivisuudesta johtuvat tarpeet. Opiskelija osaa arvioida asiakkaan ruokavaliota ja antaa ravinto-ohjausta, mutta toiminta on epävarmaa ja osittain epätarkoituksenmukaista. Opiskelija osaa toimia ryhmän jäsenenä ja ottaa vastuun omasta toiminnastaan.</p>		
Kirjallisuus:	Ilmoitetaan opintojakson alussa.		

(SLAK1Z) KEHITTÄMISOSAAMINEN 13 op
DEVELOPMENT COMPETENCE

Opiskelija osaa tuotekehitysprosessin osana olevat liiketoiminnan erilaiset analyysit. Opiskelija osaa tuottaa ja kehittää niiden pohjalta liikunta-alan tuotteita ja palveluja. Lisäksi opiskelija saa valmiudet toteuttaa työelämälähtöisiä tutkimus- ja kehittämishankkeita.

(SLAT004) Tutkimus- ja kehittämistoiminta

Research and Development Operations

Laajuus:	5 op	Ajoitus:	3. vsk
Osaamistavoite:	Opiskelijalla on asiantuntijaksi oppimisen perusvalmiudet erilaisten tutkimus- ja		

kehittämishankkeiden tekemiseksi ja hän ymmärtää niiden merkityksen ammatillisen osaamisen kehittymisessä. Lisäksi opiskelija osaa arvioida tutkimus- ja kehittämistyön avulla tuotettua tietoa kriittisesti.

Sisältö:	Tutkimus- ja kehittämistoiminnan lähtökohdat Laadullinen tutkimusprosessi Määrällinen tutkimusprosessi Tuotteistamisprosessi Tutkimusaineiston analyysi ja tulkinta
Toteutus:	Luennot, ohjatut harjoitukset, seminaarit
Suoritukset:	Tehtävät, seminaarit, tentti.
Arviointi:	Kiitettävä (5): Opiskelija käyttää asiantuntevasti ja monipuolisesti tutkimus- ja kehittämistoiminnan käsitteitä. Opiskelija osaa analysoida ja arvioida kriittisesti valmiita tutkimuksia. Opiskelija osaa analysoida, vertailla, yhdistellä ja valita tietoa sekä esittää vaihtoehtoisia toimintatapoja tutkimus- ja kehittämissprosesseissa. (Opiskelija osaa analysoida, reflektoida ja arvioida kriittisesti omaa osaamistaan). Opiskelija osaa toimia itsenäisesti, vastuullisesti ja aloitteellisesti. Opiskelija osaa toimia ryhmän jäsenenä edistäen ja kehittäen ryhmän toimintaa yhteisen tavoitteen saavuttamiseksi. Opiskelija osaa soveltaa kriittisesti eettisiä periaatteita toiminnassaan. Hyvä (3-4): Opiskelija käyttää johdonmukaisesti keskeisiä tutkimus- ja kehittämistoiminnan käsitteitä . Opiskelija osaa kuvata tutkimus- ja kehittämistoiminnan eri prosessit ja perustella niihin liittyvät ratkaisut. Opiskelija osaa analysoida valmiin tutkimuksen. Opiskelija osaa valita tarkoituksenmukaisia toimintatapoja tutkimus- ja kehittämistyöhön hankkimansa tiedon perusteella. (Opiskelija osaa arvioida ja reflektoida omaa osaamistaan). Opiskelija osaa toimia itsenäisesti ja vastuullisesti. Opiskelija osaa toimia ryhmän jäsenenä ryhmän yhteisen tavoitteen saavuttamiseksi. Opiskelija osaa perustella toimintansa eettisten periaatteiden mukaisesti. Tyydyttävä (1-2): Opiskelija käyttää asianmukaisesti keskeisiä tutkimus- ja kehittämistoiminnan käsitteitä. Opiskelija osaa kuvata pääpiirteissään tutkimus- ja kehittämistoiminnan yleisprosessin. Opiskelija osaa tehdä yhteenvedon valmiista tutkimuksesta. Opiskelija osaa suunnitella tarkoituksenmukaisesti tutkimusprosessiin liittyvän/liittyvien menetelmien toteutuksen, joskin toiminta voi olla vielä epävarmaa. Opiskelija osaa ohjattuna käyttää asianmukaisesti tutkimus- ja kehittämismenetelmiä. Opiskelija osaa toimia ryhmän jäsenenä ja ottaa vastuun omasta toiminnastaan sekä ottaa muut ryhmän jäsenet huomioon.
Kirjallisuus:	Ilmoitetaan opintojakson alussa. http://www.kajak/opari.fi

(SLAL007) Asiakassuuntainen markkinointi
Customer Oriented Marketing

Laajuus:	5 op	Ajoitus:	3. vsk
Osaamistavoite:	Opiskelija ymmärtää asiakaskeskeisen markkinoinnin perusteet, käsitteet ja toteutuksen. Opiskelijan tiedot, taidot ja valmiudet toimia eri organisaatioiden asiakaspalvelutehtävissä paranevat.		
Sisältö:	Pääteema 1: Markkinoinnin peruskäsitteet # Markkinoinnin peruskäsitteet ja markkinointiajattelu # Markkinoinnin toimintaympäristö Pääteema 2: Markkinoinnin suunnittelu # Markkinointiprosessi Markkinoinnin kilpailukeinot # Ostokäyttäytymisen perusteet		

Markkinoinnin analyysit, suunnittelu ja toteuttaminen

Toteutus: Luennot ja pienryhmäopetus.

Suoritukset: Tunti ja projektityöt

Arviointi: Kiitettävä (5): Opiskelija osaa soveltaa markkinoinnin toimintaympäristössä vaikuttavat tekijöiden analyysin markkinoinnin suunnitteluun. Opiskelija hallitsee markkinoinnin peruskäsitteet ja osaa kuvata markkinointiajattelun kehittymisen. Opiskelija osaa markkinoinnin suunnittelun periaatteet ja analyysien käytön osana suunnittelua asiakaslähtöisesti. Opiskelija osaa markkinoinnin kilpailukeinojen käytön osana suunnittelua. Opiskelija osaa alkeelliset asiakaspalvelun periaatteet ja internet # markkinoinnin erityispiirteet. Hyvä (3-4): Opiskelija osaa alkeellisesti markkinoinnin toimintaympäristössä vaikuttavat tekijöiden analyysin. Opiskelija osaa käyttää markkinoinnin peruskäsitteitä ja osaa kuvata markkinointiajattelun kehittymisen. Opiskelija osaa markkinoinnin suunnittelun periaatteet ja analyysien käytön osana suunnittelua alkeellisella tasolla. Opiskelija osaa nimetä markkinoinnin kilpailukeinot yleisellä tasolla, sekä niiden käytön osana suunnittelua. Opiskelija osaa alkeelliset asiakaspalvelun periaatteet ja internet # markkinoinnin erityispiirteet. Tyydyttävä (1-2): Opiskelija osaa tunnistaa markkinoinnin toimintaympäristössä vaikuttavat tekijät Opiskelija osaa markkinoinnin peruskäsitteet ja tuntee markkinointiajattelu kehittymisen. Opiskelija tietää markkinoinnin suunnittelun periaatteet ja analyysien käytön osana suunnittelua. Opiskelija tietää markkinoinnin kilpailukeinot yleisellä tasolla, sekä niiden käytön osana suunnittelua. Opiskelija tietää asiakaspalvelun periaatteet ja internet # markkinoinnin erityispiirteet.

Kirjallisuus: Bergström, Leppänen: Yrityksen asiakasmarkkinointi Edita (2009)
Ylikoski,Järvinen & Rosti: Hyvä asiakaspalvelu (2006)

(SLAY004) Tuotteistaminen
Commodification

Laajuus: 3 op Ajoitus: 2. vsk

Osaamistavoite: Pääteema 1: Opiskelija osaa analysoida liikuntatuotteita # palvelun ominaisuudet # tuotteen tasot ja ominaisuudet: ydintuote, laajennettu tuote, lisäpalvelut Pääteema 2 : Opiskelija osaa määrittellä tuotekehitysprosessin osat esim. # urheilun ja liikunta trendien, signaalien ja muutosten tunnistaminen # asiakas- ja markkina-analyysit # resurssi- ja kilpailija-analyysit # idean määrittely ja valinta # riskien hallinta # laatu # budjetointi ja hinnoittelu # markkinointi ja myynti Pääteema 3: Opiskelija osaa kuvata tuotteistamisen prosessin 1. palvelutarjooman spesifiointi ja standardointi 2. palvelutarjooman ja ammatillisen osaamisen konkretisointi 3. prosessien ja menetelmien systematisointi ja standardointi Pääteema 4: Opiskelijat osaavat toteuttaa liikunnan/urheilun kehittämissuunnitelman ryhmissä # liikunnan/urheilun kehittämis- ja tuotteistamissuunnitelman keskeiset osat o konkreettiset sisällöt hyväksytään case-kohtaisesti opettajan # kehittämissuunnitelma arvioidaan ja esitetään

Sisältö: Liikuntatuotteiden ominaisuudet
Tuotekehitysprosessi
Tuotteistamisprosessi

Toteutus: Monimuoto-opetus, opinnot suoritetaan osittain TK-opintoina.

Suoritukset: Liikunnan/urheilun kehittämissuunnitelma (raportti ja esitys)

Arviointi: Kiitettävä (5): Opiskelija osaa käyttää asiantuntevasti ja laaja-alaisesti tuotekehityksen ja tuotteistamisen käsitteitä sekä yhdistää niitä kokonaisuuksiksi.

Opiskelija osaa analysoida, vertailla, yhdistellä ja valita tuotekehityksen ja tuotteistamisen yleisprosessit sekä esittää vaihtoehtoisia toimintatapoja. Opiskelija osaa analysoida, reflektoida ja arvioida kriittisesti omaa osaamistaan. Opiskelija osaa toimia itsenäisesti, vastuullisesti, aloitteellisesti ja joustavasti. Opiskelija osaa valita ja arvioida kriittisesti kehitys- ja tuotteistamismenetelmiä sekä käyttää niitä toiminnassaan. Opiskelija osaa toimia asiakaslähtöisesti, tavoitteellisesti ja työelämää kehittävästi. Opiskelija osaa toimia ryhmän jäsenenä edistäen ja kehittäen ryhmän toimintaa. Opiskelija osaa soveltaa kriittisesti ammattieettisiä periaatteita toiminnassaan. Hyvä (3-4): Opiskelija osaa käyttää johdonmukaisesti keskeisiä tuotekehityksen ja tuotteistamisen käsitteitä. Opiskelija osaa nimetä, kuvailla ja perustella tuotekehityksen ja tuotteistamisen yleisprosessit. Opiskelija osaa suoritta tarkoituksenmukaisesti kehitys- ja tuotteistamisprosessin tiedon ja ohjeistuksen perusteella. Opiskelija osaa käyttää asianmukaisesti erilaisia kehitys- ja tuotteistamismenetelmiä itsenäisesti. Opiskelija osaa arvioida ja reflektoida omaa osaamistaan. Opiskelija osaa toimia itsenäisesti ja vastuullisesti. Opiskelija osaa ottaa ammatillisesti asiakasanalyysi huomioon. Opiskelija osaa toimia ryhmän jäsenenä ryhmän yhteisen tavoitteen saavuttamiseksi. Tyydyttävä(1-2): Opiskelija osaa käyttää asianmukaisesti keskeisiä tuotekehityksen ja tuotteistamisen käsitteitä. Opiskelija osaa nimetä ja kuvailla tuotekehityksen ja tuotteistamisen yleisprosessit. Opiskelija osaa suoritta tarkoituksenmukaisesti kehitys- ja tuotteistamisprosessin, joskin toiminta voi olla vielä epävarmaa. Opiskelija osaa ohjattuna käyttää asianmukaisesti erilaisia kehitys- ja tuotteistamismenetelmiä. Opiskelija osaa ottaa toiminnassaan asiakkaat huomioon (teoriassa). Opiskelija osaa toimia ryhmän jäsenenä ja ottaa toiminnassaan muut ryhmän jäsenet huomioon.

Kirjallisuus: Ilmoitetaan opintojakson alussa.

(SLAE1Z) ESIMIESOSAAMINEN 14 op
MANAGEMENT COMPETENCE

(SLVY010) Johdon laskenta
 Management Accounting

Laajuus: 5 op Ajoitus: 3. vuosikurssi

Osaamistavoite: Opiskelija perehtyy yrityksen johdon päätöksentekoa tukevaan laskentatoimeen sekä taloutta ja kannattavuutta koskevien laskelmien laadintaan ja hyväksikäyttöön.

Sisältö: Yrityksen talousprosessi ja toiminnan suunnittelu
 Kannattavuuslaskelmat
 Hinnottelu
 ALV matkailu- ja ravitsemisalalla
 Budjetointi
 Investointien kannattavuus
 Toimintolaskenta

Toteutus: Luennot, ohjatut harjoitukset

Suoritukset: Tentti, osallistuminen

Arviointi: Kuitettava (5): Opiskelija osaa laatia katetuottolaskelman sekä laskea katetuottolaskentaan liittyvät tunnusluvut. Opiskelija osaa käyttää katetuottolaskentaa yrityksen kannattavuuden suunnitteluun ja hallintaan. Opiskelija osaa suunnitella kannattavuutta ja laatia tulosbudjetin, hän osaa suunnitella maksuvalmiutta ja laatia kassabudjetin sekä suunnitella vakavaraisuutta ja laatia tase-ennusteen. Opiskelija osaa käyttää lisäyslaskentaa valmistusyrityksen, kauppaliikkeen ja palveluyrityksen suoritteen yksikkökustannuksia laskettaessa. Hän

osaa käyttää toimintolaskentaa laskettaessa yrityksen toimintojen ja laskentakohteiden (suoritteet, asiakkaat) kustannuksia. Opiskelija osaa käyttää takaisinmaksuajan menetelmää, annuiteettimenetelmää, nykyarvomenetelmää ja sisäisen korkokannan menetelmää analysoitaessa investointien kannattavuutta. Hyvä (3-4): Opiskelija osaa katetuottolaskelman periaatteet sekä katetuottolaskentaan liittyvät tunnusluvut. Opiskelija osaa yrityksen kannattavuuden, vakavaraisuuden ja maksuvalmiuden suunnittelun katetuottolaskennan menetelmin. Opiskelija osaa lisäys- jako- ja toimintolaskennan käytön eri laskentakohteissa. Opiskelija osaa arvioida investoinnin kannattavuutta jonkun investoinnin takaisinmaksumenetelmän avulla. Tyydyttävä (1-2): Opiskelija osaa katetuottolaskennan alkeet ja katetuottolaskentaan liittyvät tunnusluvut. Opiskelija osaa yrityksen katetuottolaskennan periaatteet yrityksen kannattavuuden suunnittelussa ja hallinnassa. Opiskelija osaa alkeellisen kannattavuuden suunnittelun ja tulosbudjetin laatimisen, maksuvalmiuden ja vakavaraisuuden suunnittelun. Opiskelija osaa lisäys- ja jakolaskennan perusteet eri laskentakohteissa sekä investoinnin kannattavuuden arvioinnin perusteet.

Kirjallisuus: Ilmoitetaan opintojakson alussa.

(SHWA205) Henkilöstövoimavarojen johtaminen

Human Resource Management

Laajuus: 5 op Ajoitus: 3. vsk

Osaamistavoite: Opiskelija ymmärtää henkilöstövoimavarat ja oman merkityksensä liiketoimintastrategiat mahdollistavana voimanvarana sekä henkilöstöjohtamisen prosessit liiketoiminnan ydinprosessien tukitoimintoina. Opiskelija osaa työ- ja virkasuhdetta koskevat keskeiset oikeussäännöt sekä työelämän suhteiden hoitamiseen liittyvät keskeiset osa-alueet. Opiskelija tuntee henkilöstövoimavarojen määrän säätelyyn, tarvittavan osaamisen varmistamiseen sekä henkilöstön hyvinvoinnin ja motivaation ylläpitoon tarvittavia toimenpiteitä.

Sisältö: Henkilöstösuunnittelu ja rekrytointi, perehdyttäminen ja työnopastus, työn organisointi ja muotoilu, henkilöstön kehittäminen, palkitseminen sekä työ- ja virkasuhde.

Toteutus: Luennot ja ohjatut harjoitukset.

Suoritukset: Oppimistehtävät ja/tai tentti

Arviointi: Kiitettävä (5): Opiskelija osaa johtamisen peruskäsitteistön avulla analysoida johtamista tilannetekijöineen. Opiskelija osaa arvioida henkilöstöjohtamisen tehtävien sisältöä, sekä eritellä johtamisteoreettisia malleja johtamisen arvioinnin ja analysoinnin perustaksi. Opiskelija osaa ottaa huomioon oman alan työssä osaamisen johtamisen periaatteet. Hyvä (3-4): Opiskelija osaa johtamisen peruskäsitteistön avulla alkeellisesti analysoida johtamista ja johtamiseen vaikuttavia tekijöitä eri tilanteissa. Opiskelija osaa kuvata henkilöstöjohtamisen tehtävät, sekä tietää johtamisteorioiden soveltamisen ja työkalujen käytön. Opiskelija osaa kuvata osaamisen johtamisen keskeiset periaatteet osana johtamistyötä. Tyydyttävä (1-2): Opiskelija tietää johtamisen peruskäsitteet, taustat ja keskeiset teoriat, sekä osaa alkeellisesti johtamismallien käytön eri tilanteissa. Opiskelija osaa nimetä henkilöstöjohtamisen tehtävät, sekä tietää keskeiset johtamisteoriat ja johtamisen työkalut. Opiskelija osaa kuvata osaamisen johtamisen keskeiset periaatteet.

Kirjallisuus: Ilmoitetaan opintojakson alussa.

(SHPV009) Asiakirjoittaminen

Academic Writing

Laajuus:	1 op	Ajoitus:	3. - 4. vuosikurssi
Osaamistavoite:	Opiskelija pystyy laatimaan ja esittämään tieteellisen tutkimusraportin jäsennellysti ja selkeästi.		
Sisältö:	Tekstin laatimisen ohjeet Prosessikirjoittaminen Kielenhuolto Opinnäytteen markkinointi: posterit Kypsyysnäyte		
Toteutus:	Luennot, ohjatut harjoitukset		
Suoritukset:	Luentopäiväkirja, harjoitukset		
Arviointi:	Hyväksytty: Opiskelija noudattaa teksteissään asiatyyliä ja keskeisiä kielenhuollon normeja. Opiskelija tuntee organisaation tavat tuottaa tekstejä ja noudattaa tapaa. Opiskelija erottaa oman ajattelun lähteestä lainatusta ja hyödyntää oman alansa lähdetekstejä monipuolisesti ja kriittisesti osana omaa tekstiään ja yhdistää lähteiden ajatuksia omiin ajatuksiinsa tyyllillisesti yhtenäiseksi ja ehjäksi kokonaisuudeksi. Opiskelija ymmärtää kielen merkityksen oman ammatillisen identiteettinsä luojana ja vahvistajana ja hyödyntää kieltä osana ammatillisuuttaan. Opiskelija argumentoi monipuolisesti. Opiskelija hakee itsenäisesti alan uusinta tietoa ja suhtautuu uuteen tietoon uteliaasti.		
Kirjallisuus:	Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. Tutki ja kirjoita. Muu materiaali ilmoitetaan opintojakson alussa.		

(SLPV005) English for Sports Instruction

English for Sports Instruction

Laajuus:	3 op	Ajoitus:	3. vsk
Osaamistavoite:	Opiskelija osaa soveltaa erityisliikunnan sanastoa ja viestiä suullisesti ja kirjallisesti asiakkaiden ja yhteistyökumppaneiden kanssa.		
Edeltävä osaaminen:	Eurooppalainen viitekehys B2 SLPV004 English for Health and Sports		
Sisältö:	Erityisliikunta Asiakkaan ohjaus Viestintä yhteistyökumppaneiden kanssa		
Toteutus:	Ohjatut harjoitukset.		
Suoritukset:	Aktiivinen osallistuminen, suulliset ja kirjalliset tehtävät, portfolio ja/ tai tentti		
Arviointi:	Kiitettävä (5): Opiskelija osaa viestiä ja ohjata asiakkaita taitavasti vaativissakin moniammatillisissa ja -kulttuurisissa tilanteissa (esim. palaverit, neuvottelut, palautekeskustelut) mukauttaen viestintätyyliään tilanteen ja viestintäkumppanin mukaan. Opiskelija osaa hyödyntää liikunta-alan tutkimusnäyttöön perustuvia artikkeleita ja muita alan julkaisuja oman työnsä kehittämisessä (esim. kansainväliset hankkeet) sekä arvioida lähteitä ja materiaaleja kriittisesti Opiskelija ymmärtää sekä pääasiat että yksityiskohdat tekstistä ja soveltaa ja selittää lukemaansa. Hyvä (3-4): Opiskelija osaa viestiä selkeästi keskeisissä moniammatillisissa ja -kulttuurisissa tilanteissa (esim. ohjaustilanteet, suullinen ja kirjallinen raportointi) mukauttaen viestintätyyliään tilanteen ja viestintäkumppanin		

mukaan. Opiskelija osaa hankkia tietoa liikunta-alan julkaisuista, raporteista ja suosituksista, ammattitaitonsa päivittämiseksi (esim. uusin tieto ravintosuosituksista) sekä arvioida lähteitä ja materiaaleja kriittisesti ja soveltaa lukemaansa. Opiskelija ymmärtää ja soveltaa lukemaansa. Tyydyttävä (1-2): Opiskelija osaa viestiä ymmärrettävästi yksinkertaisissa, rutiiniluonteisissa moniammatillisissa ja -kulttuurisissa tilanteissa (esim. ohjeiden antaminen, sähköposti, lomakkeiden täyttö, CV, työyksikön esittely). Opiskelija ymmärtää sanakirjaa käyttäen pääasiat omiin työtehtäviinsä liittyvistä liikunta-alan teksteistä. Opiskelija osaa hakea tietoa ohjeistetusti.

Kirjallisuus: Ilmoitetaan opintojakson alussa.

VAIHTOEHTOISET AMMATTIOPINNOT

(SLVP1Z) **PERSONAL TRAINING 15 op** PERSONAL TRAINING

Moduulin suoritettuaan opiskelija osaa edistää yksilön ja yhteisön liikuntaa. Opiskelija osaa toteuttaa liikunta- ja ravintoneuvontaa erilaisille asiakkaille ja toimia henkilökohtaisena kuntovalmentajana. Moduulin suoritettuaan opiskelija on päteväytynyt VanhusValmentajaksi (Ikäinstituutti). Edeltävyysehdot: Liikunnan perusteet 5 op, Anatomia ja fysiologia 4 op, Kuormitusfysiologia 3 op, Ravitseminen 4 op, Kuntosaliharjoittelu 3 op ja Valmennuksen perusteet 3 op. Suoritetaan osittain T&K-opintoina.

(SLVP001) **Terveysliikuntavalmennus** Health Exercise Coaching

Laajuus: 7 op Ajoitus: 2. vsk

Osaamistavoite: Opintojakson suoritettuaan opiskelija osaa toimia henkilökohtaisena kuntovalmentajana. Hän hallitsee kuntotestauksen ja osaa laatia tavoitteellisia harjoitusohjelmia. Opiskelija osaa toteuttaa liikunta- ja ravintoneuvontaa asiakaslähtöisesti.

Sisältö: Terveyskuntotestaus ja ohjelmointi
Liikunta- ja ravintoneuvonta
Henkilökohtaisena kuntovalmentajana toimiminen

Toteutus: Luennot ja harjoitukset, opintojakso toteutetaan osittain TK- opintoina.

Suoritukset: Ilmoitetaan opintojakson alussa.

Arviointi: Kiitettävä (5): Opiskelija osaa toimia kuntovalmentajana laaja-alaista tietoperustaa käyttäen. Opiskelija osaa perustella ja arvioida kriittisesti toimintaansa sekä kehittää neuvontaprosessia. Opiskelija käyttää asiantuntevasti alan käsitteistöä. Opiskelija osaa työskennellä asiakastilanteissa itsenäisesti. Hyvä (3-4): Opiskelija soveltaa liikuntaneuvonnan työprosessia asiakaslähtöisesti. Opiskelija käyttää systemaattisesti liikuntaneuvonnan ja valmennuksen käsitteistöä. Opiskelija osaa perustella toimintaansa teoreettisesti. Tyydyttävä (1-2): Opiskelija toteuttaa kuntotestausta turvallisesti ja laadukkaasti. Opiskelija osaa toimia liikuntaneuvonnan työprosessin mukaisesti. Opiskelija tunnistaa arkitiedon ja tutkitun tiedon eron. Opiskelija osaa käyttää keskeisiä ammattikäsitteitä.

Kirjallisuus: Ilmoitetaan opintojakson alussa.

(SLVP002) Liikunta ja terveysongelmat

Exercise and Health Problems

Laajuus: 3 op Ajoitus: 2.vsk

Osaamistavoite: Opintojakson suoritettuaan opiskelija osaa toimia liikunnan terveysvaikutusten asiantuntijana. Hän osaa arvioida liikuntakelpoisuutta ja laatia yksilölliset liikuntaohjeet eri terveydentiloissa.

Sisältö: Liikunnan hyödyt sairauksien ehkäisyssä ja hoidossa
Liikuntakelpoisuuden arviointi
Liikunta eri terveydentiloissa

Toteutus: Luennot ja harjoitukset

Suoritukset: Ilmoitetaan opintojakson alussa.

Arviointi: Kiitettävä (5): Opiskelija käyttää laaja-alaisesti tietoperustaa ja osoittaa kriittisyyttä toiminnassaan. Opiskelija käyttää asiantuntevasti alan käsitteistöä ja systemaattisesti alan tiedonlähteitä. Hyvä (3-4): Opiskelija osaa toimia asiakaslähtöisesti ja teoriaperustaa soveltaen laatiessaan liikuntaohjeita. Opiskelija osaa perustella valintojaan teoreettisesti. Tyydyttävä (1-2): Opiskelija osaa selittää, miten fyysinen aktiivisuus liittyy terveyteen. Opiskelija osaa arvioida asiakkaan liikuntakelpoisuutta ja laatia liikuntaohjeita eri terveydentiloissa. Opiskelija tunnistaa arkitiedon ja tutkitun tiedon eron. Opiskelija käyttää keskeisiä tiedonlähteitä.

Kirjallisuus: Ilmoitetaan opintojakson alussa.

(SLVP003) Ikäihmisten liikunta ja ravitsemus

Exercise and Nutrition for the Aged

Laajuus: 3 op Ajoitus: 2. vsk

Osaamistavoite: Opintojakson suoritettuaan opiskelija osaa toimia ikäihmisten liikunnan asiantuntijana ja on päteväitynyt VanhusValmentajaksi (Ikäinstituutti).

Sisältö: Ikääntyvän väestön terveyden ja hyvinvoinnin edistäminen
Terveyden ja toimintakyvyn muutokset ikääntyessä
Ikäihmisten liikuntaharjoittelu ja terveystutostaus
Ikäihmisten ravinto-ohjaus

Toteutus: Luennot ja harjoitukset

Suoritukset: Ilmoitetaan opintojakson alussa.

Arviointi: Kiitettävä (5): Opiskelija osaa arvioida ja kehittää ikääntyvän väestön liikunnan edistämisen keinoja. Opiskelija osaa toimia ikäihmisten liikunnan asiantuntijana laaja-alaista tietoperustaa käyttäen. Opiskelija osaa toimia itsenäisesti ja arvioida kriittisesti toimintaansa. Opiskelija osaa organisoida ryhmän toimintaa. Hyvä (3-4): Opiskelija soveltaa asiakaslähtöisesti neuvontamenetelmiä ikäihmisten ohjauksessa. Opiskelija osaa teoreettisesti perustellen toteuttaa ikäihmisten liikunta- ja ravinto-ohjausta. Tyydyttävä (1-2): Opiskelija osaa selittää liikunnan merkitystä ikäihmisten terveydelle ja hyvinvoinnille. Opiskelija osaa määritellä terveyden ja toimintakyvyn muutoksia ikääntyessä. Opiskelija osaa kuvata ikäihmisten liikuntaharjoittelun ja ravinto-ohjauksen periaatteet. Opiskelija toteuttaa ikäihmisten terveystutostausta turvallisesti ja laadukkaasti.

Kirjallisuus: Ilmoitetaan opintojakson alussa.
Huom! VanhusValmentaja- tutkinnon materiaali on omakustanteinen.

(SLVP004) Yhteisön liikunnan edistäminen

Community Exercise Promotion

Laajuus: 2 op Ajoitus: 2. vsk

Osaamistavoite: Opintojakson suoritettuaan opiskelija osaa suunnitella ja arvioida yhteisön liikunnan edistämistä.

Edeltävä osaaminen: Opintojaksot: SLAA002 Liikunnan perusteet ja SLAH019 Terveiden ja hyvinvoinnin edistäminen

Sisältö: Yhteisön liikunnan edistämisen suunnittelu
Arvioinnin eri tasot liikunnan edistämässä

Toteutus: Luennot ja harjoitustyö

Suoritukset: Ilmoitetaan opintojakson alussa.

Arviointi: Kiitettävä (5): Opiskelija osaa tulkita liikunnan edistämisen suunnittelu- ja arviointiprosessia. Opiskelija osaa perustella hankesuunnitelmaansa laaja-alaista tietoperustaa käyttäen. Opiskelija osaa analysoida vertaisen hankesuunnitelmaa. Opiskelija osaa arvioida kriittisesti toimintaansa. Hyvä (3-4): Opiskelija osaa luokitella suunnittelu- ja arviointiprosessin osa-alueita. Opiskelija soveltaa liikunnan edistämisen teoreettista perustaa hankesuunnitelmassaan. Tyydyttävä (1-2): Opiskelija osaa kuvata liikunnan edistämisen suunnittelua ja arviointia. Opiskelija osaa laatia hankesuunnitelman. Opiskelija tunnistaa arkitiedon ja tutkitun tiedon eron.

Kirjallisuus: Ilmoitetaan opintojakson alussa.

**(SLVL2Z) LASTEN JA NUORTEN LIIKUNTA 15 op
EXERCISE FOR CHILDREN AND YOUNG PEOPLE**

Moduulin suoritettuaan opiskelija pystyy hyödyntämään liikuntaa lapsen ja nuoren kehityksen tukemisessa sekä kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin ja vuorovaikutuksen edistämässä. Opiskelija osaa suunnitella, toteuttaa ja arvioida tavoitteellista lasten ja nuorten liikuntaa. Opiskelija osaa selittää liikunnan ja oppimisen välisiä yhteyksiä. Edeltävyysehdot: Ihmisen motorinen kehitys 3 op. Suoritetaan osittain T&K-opintoina.

(SLVL001) Liikunnan eri muodot pienillä lapsilla

Physical Exercise for Young Children and Infants

Laajuus: 6 op Ajoitus: 3. vsk

Osaamistavoite: Opiskelija osaa määritellä pienten lasten liikuntakasvatukseen liittyviä tekijöitä ja soveltaa tuttuja liikuntamuotoja alle kouluikäisen lapsen liikuntaan. Opiskelija osaa suunnitella, ohjata ja arvioida alle kouluikäisen lapsen liikuntaa päiväkodissa.

Edeltävä osaaminen: Ihmisen motorinen kehitys

Sisältö: Liikunnan eri muodot
Päivittäinen liikuntakasvatus
Pienten lasten liikunnan suunnittelu, toteutus ja arviointi

Toteutus: Luennot, ohjatut harjoitukset, ohjausharjoitukset, opintojakso suoritetaan TK-opintoina.

Suoritukset: Tehtävät, ohjausharjoitukset

Arviointi:	Kiitettävä (5): Opiskelija valitsee asiantuntevasti käytettävän opetusmenetelmän ohjaustuokiolle. Opiskelija osaa suunnitella, toteuttaa ja arvioida alle kouluikäisten liikuntatuokion tavoitteiden toteutumista. Opiskelija osaa soveltaa tuttuja liikuntalajeja monipuolisesti alle kouluikäisten lasten liikunnassa. Opiskelija toimii aloitteellisesti, ammatillisesti ja tavoitteellisesti ohjaustilanteessa. Opiskelija toimii ryhmän jäsenenä edistäen ja kehittäen ryhmän toimintaa. Hyvä (3-4): Opiskelija osaa nimetä, kuvailla ja perustella pienten lasten liikuntaan liittyviä tekijöitä (tavoitteet ja sisällöt). Opiskelija valitsee tarkoituksenmukaisia sisältöjä ja menetelmiä alle kouluikäisten lasten liikuntatuokiolle ja arvioi niiden toteutusta. Opiskelija osaa soveltaa tuttuja liikuntalajeja alle kouluikäisten lasten liikunnassa. Opiskelija toimii itsenäisesti ja vastuullisesti oppimis- ja ohjaustilanteissa. Opiskelija toimii ryhmän jäsenenä ryhmän yhteisen tavoitteen saavuttamiseksi. Tyydyttävä (1-2): Opiskelija osaa nimetä ja kuvailla pienten lasten liikuntaan liittyviä tekijöitä (tavoitteet ja sisällöt). Opiskelija osaa suunnitella ja toteuttaa liikuntatuokion alle kouluikäiselle lapsiryhmälle. Opiskelija osaa käyttää tuttuja liikuntalajeja alle kouluikäisten lasten liikunnassa. Opiskelija toimii asianmukaisesti oppimis- ja ohjaustilanteissa. Opiskelija ottaa toiminnassaan toiset huomioon. Opiskelija toimii ryhmän jäsenenä.
Kirjallisuus:	Autio, T. Liiku ja leiki: motorisia perusharjoitteita lapsille Haatainen ym. Kaikki linnut lentämään Päivittäinen liikuntakasvatusohjelma alle 4 -vuotiaille Karvonen ym. Varhaisvuosien liikunta Ojanaho ym. Sportfolio- liikunnan opettamisen aapinen. Lapin yliopiston kasvatustieteellisiä julkaisuja 2. Muu materiaali ilmoitetaan opintojakson alussa.

(SLVL002) Liikunta lapsen hyvinvoinnin ja oppimisen tukijana
Exercise Supporting Children's Well-being and Learning

Laajuus:	5 op	Ajoitus:	3. vsk
Osaamistavoite:	Opiskelija osaa edistää lapsen kokonaisvaltaista hyvinvointia ja tehdä havaintoja lapsen motorisesta kehityksestä ja kehityksen poikkeamista. Opiskelija osaa selittää oppimisen ja liikunnan välisen yhteyden ja kehittää lapsen sosioemotionaalisia taitoja.		
Edeltävä osaaminen:	Ihmisen motorinen kehitys		
Sisältö:	Lapsen motorisen kehityksen ja oppimisen havainnointi Liikunta ja oppimisvaikeudet Liikunta lapsen sosioemotionaalisten taitojen kehittäjänä Lapsi, ruumiillisuus ja liike		
Toteutus:	Luennot, ohjausharjoitukset, opintojakso suoritetaan TK-opintoina.		
Suoritukset:	Seminaarityö		
Arviointi:	Kiitettävä (5): Opiskelija osaa valita asiantuntevasti käytettävät opetusmenetelmät ja sisällöt liikuntatuokiolle lapsen kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin edistämiseksi kouluympäristössä. Opiskelija osaa valita asiantuntevasti käytettävät opetusmenetelmät ja sisällöt liikuntatuokiolle lapsen motoristen taitojen edistämiseksi. Opiskelija osaa valita asiantuntevasti käytettävät opetusmenetelmät ja sisällöt liikuntatuokiolle oppimisen (matematiikka/äidinkieli) ja liikunnan välistä yhteyttä hyödyntäen. Opiskelija osaa valita asiantuntevasti käytettävät opetusmenetelmät ja sisällöt liikuntatuokiolle vuorovaikutustaitojen edistämiseksi ryhmä- tai yksilötasolla. Opiskelija toimii aloitteellisesti, ammatillisesti ja tavoitteellisesti opetus- ja ohjaustilanteessa. Hyvä (3-4): Opiskelija osaa nimetä, kuvailla ja perustella lapsen kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin vaikuttavia tekijöitä		

kouluympäristössä. Opiskelija osaa osaa perustella ja arvioida lapsen ikävuoteen kuuluvan motorisen kehityksen vaiheita sekä kehityksen poikkeamia (soveltava liikunta). Opiskelija osaa osaa perustella ja arvioida oppimisen ja liikunnan välisiä yhteyksiä. Opiskelija valitsee tarkoituksenmukaisia menetelmiä ja sisältöjä liikuntatuokiolle lapsen vuorovaikutustaitojen edistämiseksi sekä arvioi niiden toteutusta. Opiskelija toimii itsenäisesti ja vastuullisesti oppimis- ja ohjaustilanteissa. Opiskelija toimii ryhmän jäsenenä ryhmän yhteisen tavoitteen saavuttamiseksi. Tyydyttävä (1-2): Opiskelija osaa nimetä ja kuvailla lapsen kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin vaikuttavia tekijöitä kouluympäristössä. Opiskelija tunnistaa lapsen ikävuoteen kuuluvan motorisen kehityksen vaiheet sekä kehityksen poikkeamia (soveltava liikunta). Opiskelija tunnistaa oppimisen ja liikunnan välisiä yhteyksiä. Opiskelija osaa suunnitella ja toteuttaa liikuntatuokion ryhmän vuorovaikutuksen huomioiden. Opiskelija toimii asianmukaisesti oppimis- ja ohjaustilanteissa. Opiskelija ottaa toiminnassaan toiset huomioon. Opiskelija toimii ryhmän jäsenenä.

Kirjallisuus: Ilmoitetaan opintojakson alussa.

(SLVL003) Lasten ja nuorten liikunnan ohjaaminen

Child and Youth Exercise Instruction

Laajuus: 4 op Ajoitus: 3. vsk

Osaamistavoite: Opiskelija osaa suunnitella, toteuttaa ja arvioida lasten ja nuorten liikuntaa ja selittää liikunnan merkitystä kasvun ja kehityksen tukena

Edeltävä osaaminen: Ihmisen motorinen kehitys

Sisältö: Fyysien aktiivisuuden suositukset kouluikäisille
Liikuntakasvatus
Liikuntalajien soveltaminen
Liikunnan suunnittelu, toteutus ja arviointi

Toteutus: Luennot, ohjausharjoitukset. Opintojakso toteutetaan TK-opintoina.

Suoritukset: Portfolio

Arviointi: Kiitettävä (5): Opiskelija osaa suunnitella, toteuttaa ja arvioida liikunnan lasten/nuorten liikuntatuokion tavoitteiden toteutumista. Opiskelija osaa valita asiantuntevasti käytettävät opetusmenetelmät ja sisällöt liikuntatuokiolle lapsen kokonaisvaltaista kasvua ja kehitystä tukien. Opiskelija toimii aloitteellisesti, ammatillisesti ja tavoitteellisesti opetus- ja ohjaustilanteissa. Opiskelija toimii ryhmän jäsenenä edistäen ja kehittäen ryhmän toimintaa. Hyvä (3-4): Opiskelija valitsee tarkoituksenmukaisia opetusmenetelmiä ja sisältöjä lasten/nuorten liikuntatuokiolle sekä arvioi niiden toteutusta. Opiskelija osaa nimetä, kuvailla ja perustella liikunnan merkityksen kasvun ja kehityksen tukena lasten/nuorten liikunnassa. Opiskelija toimii itsenäisesti ja vastuullisesti oppimis- ja ohjaustilanteissa. Opiskelija toimii ryhmän jäsenenä ryhmän yhteisen tavoitteen saavuttamiseksi. Tyydyttävä (1-2): Opiskelija osaa suunnitella ja toteuttaa lasten ja nuorten liikuntatuokioita. Opiskelija osaa nimetä ja kuvailla liikunnan merkityksen kasvun ja kehityksen tukena lasten/nuorten liikunnassa. Opiskelija toimii asianmukaisesti oppimis- ja ohjaustilanteissa. Opiskelija ottaa toiminnassaan toiset huomioon. Opiskelija toimii ryhmän jäsenenä.

Kirjallisuus: Ilmoitetaan opintojakson alussa.

(SLVE1Z) ELÄMYSAKTIVITEETIT 15 op

ADVENTURE ACTIVITIES

Opiskelija osaa suunnitella, toteuttaa ja arvioida elämystuotteen tai - palvelun. Suoritetaan osittain T&K- opintoina.

(SLVE001) **Elämysaktiviteettien suunnittelu ja toteutus**

Planning and Implementing Adventure Activities

Laajuus: 5 op Ajoitus: 2. vsk

Osaamistavoite: Opiskelija osaa suunnitella, toteuttaa ja arvioida turvallisia elämysaktiviteettituotteita (kesto max. 1 vrk) erilaisille asiakkaille erilaisissa olosuhteissa. Opiskelija osaa tehdä tarvittavan turvallisuusasiakirjan ja -suunnitelman tuotteelle sekä arvioida niiden toimivuutta. Opiskelija osaa hinnoitella toteutettavan tuotteen. Opiskelija osaa soveltaa kestävän kehityksen periaatteita elämysaktiviteettituotteen suunnittelussa ja toteutuksessa sekä sen toteutuksen arvioinnissa. Opiskelija pystyy käyttämään luonnonelementtejä sekä aktiviteettimuotoja elämystuotteen suunnittelussa ja toteutuksessa.

Sisältö: Tuotekortti
Turvallisuus- ja pelastussuunnitelma
Tuotekehitys
Tapahtumasuunnitelma

Toteutus: Luennot, tuotteiden / tapahtumien suunnittelu, toteutus ja arviointi (esimerkiksi Lost in Kajaani - seikkailukisa).

Suoritukset: Tuotesuunnitelma, toteutus ja arviointi, opintojakso suoritetaan TK -opintoina.

Arviointi: Kiitettävä (5): Opiskelija osaa soveltaa kestävän kehityksen periaatteita elämysaktiviteettituotteen suunnittelussa ja toteutuksessa sekä sen toteutuksen arvioinnissa. Opiskelija pystyy käyttämään luonnonelementtejä sekä aktiviteettimuotoja luovasti elämystuotteen suunnittelussa ja toteutuksessa. Opiskelija osaa arvioida turvallisuusasiakirjan ja -suunnitelman toimivuutta laadukkaana tuotteen suunnittelussa ja toteutuksessa. Hyvä (3#4): Opiskelija osaa suunnitella, toteuttaa ja arvioida turvallisia elämysaktiviteettituotteita (kesto max. 1 vrk) erilaisille asiakkaille erilaisissa olosuhteissa. Opiskelija osaa hinnoitella toteutettavan tuotteen. Opiskelija osaa tehdä tarvittavan turvallisuusasiakirjan ja -suunnitelman tuotteelle. Tyydyttävä (1#2): Opiskelija osaa suunnitella, toteuttaa ja arvioida turvallisia elämysaktiviteettituotteita. Opiskelija osaa perustella turvallisuussuunnitelman merkityksen.

Kirjallisuus: Ilmoitetaan opintojakson alussa.

(SLVE002) **Luonto- ja liikunta-aktiviteetit**

Nature and Sports Activities

Laajuus: 5 op Ajoitus: 2. vsk

Osaamistavoite: Opiskelija tunnistaa keskeiset kesä- ja talviaktiviteetit sekä niiden vaatimukset luontoliikuntalajeina. Opiskelija kykenee arvioimaan ja luokittelemaan laatukriteerien pohjalta kesä- ja talviaktiviteetteja Suomessa sekä keskeisissä kilpailijamaissa. Opiskelija osaa vertailla aktiviteettien toteuttamismahdollisuuksia erilaisissa olosuhteissa. Opiskelija osaa käyttää karttaa, satelliittipaikanninta ja kompassia maastossa liikuttaessa ja osaa valita erilaiseen käyttöön soveltuvat kartat. Opiskelija osaa hyödyntää reittiluokitteluja ja suunnittelemaan reittejä niiden pohjalta. Opiskelija osaa valita varusteet eri luonto- ja liikunta-aktiviteetteihin.

Sisältö: Aktiviteettiosaaminen (joitakin seuraavista lajeista: hiihtolajit, lumikenkäily,

lumirakentaminen, patikointi, melonta, pyöräily, kiipeily)
Kartat ja suunnistaminen
Varusteet

Toteutus: Luennot, lajikokeilut, lajitekniisten taitojen harjoittaminen.

Suoritukset: Näyttötестit, oppimispäiväkirja

Arviointi: Kiitettävä (5): Opiskelija osaa vertailla aktiviteettien toteuttamismahdollisuuksia erilaisissa olosuhteissa erilaisille asiakasryhmille. Hän osaa hyvin huomioida erilaisten asiakasryhmien tarpeet luonnossa liikuttaessa ja muuttamaan tarvittaessa suunnitelmia kesken reissun. Hyvä (3#4): Opiskelija kykenee arvioimaan ja luokittelemaan laatukriteerien pohjalta kesä- ja talviaktiviteetteja Suomessa sekä keskeisissä kilpailijamaissa. Opiskelija osaa valita erilaiseen käyttöön soveltuvat kartat. Opiskelija osaa hyödyntää reittiluokitteluja ja suunnittelemaan reittejä niiden pohjalta. Opiskelija osaa kertoa asiakkaille erilaisten luonto- ja liikunta-aktiviteettien varusteista. Tyydyttävä (1#2): Opiskelija tunnistaa keskeiset kesä- ja talviaktiviteetit sekä niiden vaatimukset luontoliikuntalajeina. Opiskelija osaa käyttää karttaa, satelliittipaikanninta ja kompassia maastossa liikuttaessa. Opiskelija osaa valita varusteet eri luonto- ja liikunta-aktiviteetteihin.

Kirjallisuus: Ilmoitetaan opintojakson alussa.

(SLVE003) Elämysaktiviteettien toimintaympäristöt

Adventure Activity Operational Environments

Laajuus: 5 op Ajoitus: 2. vsk

Osaamistavoite: Opiskelija tunnistaa elämysaktiviteettien toteuttamisen kannalta keskeiset toimintaympäristöt Suomessa - luonnonympäristöt, liikuntapaikat ja teemapuistot. Opiskelija tietää elämysaktiviteettien turvallisuusvaatimukset sekä osaa luokitella palveluntuottajan velvoitteet ja vastuut turvallisuusasioissa. Opiskelijat osaa kuvata strategioiden ja kehittämissuunnitelmien merkityksen elämysaktiviteettien toteutuksen kannalta. Opiskelija osaa selittää elämyspedagogiikan merkityksen elämysaktiviteeteissa.

Sisältö: Luonnontuntemus
Liikuntapaikat
Teemapuistot
Strategiat ja kehittämissuunnitelmat
Elämyspedagogiikka

Toteutus: Luennot, ohjatut harjoitukset, opintoretket.

Suoritukset: Oppimistehtävät

Arviointi: Kiitettävä (5): Opiskelija osaa tunnistaa muutoksia toimintaympäristössä ja huomioida muutokset elämysaktiviteettien kehittämisessä. Opiskelija ymmärtää keskeisten valtakunnallisten ja alueellisten strategioiden merkityksen elämysaktiviteettien kehittämiselle ja osaa hyödyntää niitä elämysaktiviteettien kehittämisessä. Opiskelija osaa hyödyntää laajalti elämyspedagogiikan elementtejä elämysaktiviteettien suunnittelussa ja toteutuksessa. Hyvä (3#4): Opiskelija osaa havainnoida toimintaympäristön muutoksia ja niiden tunnistaa niiden vaikutuksia elinkeinon. Opiskelija osaa kuvata strategioiden ja kehittämissuunnitelmien merkityksen elämysaktiviteettien toteutuksen kannalta. Opiskelija osaa luetella palveluntuottajan velvoitteet ja vastuut turvallisuusasioissa ja ymmärtää niiden merkityksen käytännössä. Opiskelija osaa hyödyntää joitakin elämyspedagogiikan elementtejä elämysaktiviteeteissa. Tyydyttävä (1#2): Opiskelija tunnistaa elämysaktiviteettien toteuttamisen kannalta keskeiset toimintakentät Suomessa -

luonnonympäristöt, liikuntapaikat ja teemapuistot. Opiskelija osaa luetella elämysaktiviteettien kannalta keskeiset strategiat ja niiden päälinjaukset. Opiskelija tietää elämysaktiviteettien turvallisuusvaatimukset perusvaatimukset. Opiskelija osaa selittää elämyspedagogiikan merkityksen elämysaktiviteeteissa.

Kirjallisuus: Ilmoitetaan opintojakson alussa.

(SLVH1Z) HYVINVOINTIMATKAILU 15 op **WELLBEING TOURISM**

Opiskelija ymmärtää luonnon, kulttuurin ja liikunnan sekä ruoan ja ravitsemuksen merkityksen hyvinvoinnin lähteenä. Opiskelija tunnistaa erilaisten hyvinvointilajien harjoittelutapoja ja niiden vaikutuksia ja erityispiirteitä. Opiskelija tunnistaa laadukkaan hyvinvointituotteen sekä ymmärtää vastuullinen toiminnan ja kestävän kehityksen huomioimisen merkityksen laadukkaan toiminnan edellytyksinä. Suoritetaan osittain T&K-opintoina.

(SLVH001) Luonto ja kulttuuri hyvinvoinnin lähteenä **Exercise and Culture as a Source of Wellbeing**

Laajuus: 5 op Ajoitus: 3. vsk

Osaamistavoite: Opiskelija osaa määrittää hyvinvointimatkailun keskeiset käsitteet sekä sijoittaa hyvinvointimatkailun osaksi terveysturmatkailun laajempaa kenttää. Hän osaa kertoa hyvinvointimatkailun historiallisen kehityksen pääpiirteet. Opiskelija osaa selittää MEK:n hyvinvointimatkailustrategian päämäärät ja strategian merkityksen alan kehitykselle ja alan yrityksille. Opiskelija osaa kuvata suomalaisen hyvinvointimatkailun perustarjonnan ja kohdennettujen tarjontojen erityispiirteet. Opiskelija ymmärtää suomalaisen luonnon ja kulttuurin tarjoamat mahdollisuudet hyvinvointimatkailun kehittämisessä. Hän osaa määrittää ruoan ja ravitsemuksen merkityksen osana hyvinvointimatkailua. Opiskelija osaa kertoa hyvinvointimatkailun keskeiset asiakasryhmät Suomessa ja maailmalla. Opiskelija osaa määrittää kuinka tyhy/tyky-toiminta kytkeytyy osaksi hyvinvointimatkailua.

Sisältö: Hyvinvointimatkailun käsitteet ja muodot sekä niiden erityispiirteet
Hyvinvointimatkailustrategia
Hyvinvointimatkailutuotteet
Tyhy/tyky-matkailu
Luonto hyvinvoinnin lähteenä
Kansallinen ja paikallinen kulttuuri hyvinvoinnin lähteenä
Ravinnon ja terveyden väliset yhteydet
Ruoka hyvinvointimatkailussa

Toteutus: Luennot, harjoitustyöt, opintomatkat.

Suoritukset: Kirjallinen oppimistehtävä, harjoitustehtävät

Arviointi: Ilmoitetaan opintojakson alussa.

Kirjallisuus: Ilmoitetaan opintojakson alussa.

(SLVH002) Liikunnalliset hyvinvointilajit **Forms of Exercise for Wellbeing**

Laajuus: 5 op Ajoitus: 3. vsk

Osaamistavoite: Opiskelija tuntee erilaisten hyvinvointilajien harjoittelutapoja sekä niiden

Laatu
Hinnointelu
Tuoteturvallisuus (laki)
Kannattavuus
Tuotekuvaus

Toteutus: Lähiopetus, opintomatkat, työelämälähtöiset harjoitustehtävät.
Suoritukset: Harjoitustehtävät ja oppimispäiväkirja
Arviointi: Ilmoitetaan opintojakson alussa.
Kirjallisuus: Ilmoitetaan opintojakson alussa.

(SLVR1Z) RUOKA MATKAILUSSA 15 op **FOOD IN TOURISM**

Opiskelija osaa suunnitella ja toteuttaa laadukkaita, asiakasryhmän tarpeiden ja yrityksen liikeidean mukaisia ruokapalveluita erilaisissa matkailuun liittyvissä tilanteissa. Opiskelija osaa hyödyntää ruoan mahdollisuuksia matkailun kehittämisessä.

(SLVR001) Ruokapalvelun prosessit ja laatu Food Service Processes and Quality

Laajuus: 6 op Ajoitus: 3. vsk

Osaamistavoite: Opiskelija osaa selittää ruokapalvelun merkityksen osana matkailun kokonaispalvelua ja osaa arvioida erilaisille asiakasryhmille tarjottavien ruokapalveluiden laatutekijöitä Opiskelija osaa selittää ruokapalveluprosessin eri vaiheet ja vaihtoehtoiset toimintatavat eri vaiheissa sekä ymmärtää ruokapalvelun kustannuksiin vaikuttavat tekijät. Opiskelija osaa kerätä ja hyödyntää asiakaspalautetta ruokapalveluiden kehittämisessä.

Edeltävä osaaminen: Matkailun ruokapalvelut

Sisältö: Ruokapalvelun laatu ja laatutekijät
Ruokalista- ja ateriasuunnittelu
Elintarviketuntemus ja hankintatoiminta
Ruoanvalmistusmenetelmät ja ammattikeittölaitteet
Tarjoilu ja anniskelu erilaisissa tilaisuuksissa
Asiakaspalautteen kerääminen
Tuotekehitys

Toteutus: Luennot ja ohjatut harjoitukset.

Suoritukset: Tentti

Arviointi: Kiitettävä (5): Opiskelija osaa käyttää ruokapalvelun keskeisiä käsitteitä asiantuntevasti ja laaja-alaisesti sekä analysoida, vertailla ja valita ammattialan tietoa. Opiskelija osaa toimia aloitteellisesti ja joustavasti erilaisissa oppimisympäristöissä. Opiskelija osaa toimia ryhmän jäsenenä edistään ja kehittään ryhmän toimintaa. Opiskelija osaa perustella asiakaslähtöisyyden merkityksen ruokapalvelussa. Hyvä (3-4): Opiskelija osaa käyttää ruokapalvelun keskeisiä käsitteitä johdonmukaisesti sekä nimetä ja kuvailla ammattialansa perustiedot. Opiskelija osaa toimia itsenäisesti ja vastuullisesti erilaisissa oppimisympäristöissä. Opiskelija osaa toimia ryhmän jäsenenä yhteisten tavoitteiden saavuttamiseksi. Opiskelija osaa perustella asiakaslähtöisyyden merkityksen ruokapalvelussa. Tyydyttävä (1-2): Opiskelija osaa käyttää asianmukaisesti ruokapalvelun keskeisiä

käsitteitä ja nimetä ammattialansa perustiedot. Opiskelija osaa toimia ohjattuna tarkoituksenmukaisesti erilaisissa oppimisympäristöissä. Opiskelija osaa toimia ryhmän jäsenenä ja ottaa huomioon muut ryhmän jäsenet. Opiskelija osaa selittää asiakaslähtöisen toimintatavan periaatteet.

Kirjallisuus: Ilmoitetaan opintojakson alussa.

(SLVR002) Ruokapalvelun ammattiosaaminen
Food Service Professional Competence

Laajuus: 6 op Ajoitus: 3. vsk

Osaamistavoite: Opiskelija osaa erotella matkailuun liittyvät ruokapalvelut. Hän osaa selittää ja toteuttaa ruokapalvelukokonaisuuden osatekijät paikallisessa ja kansainvälisessä toimintaympäristössä.

Edeltävä osaaminen: Matkailun ruokapalvelut

Sisältö: Erilaisten vakioaterioiden suunnittelu ja toteutus
Ruoanvalmistus ulkotapahtumissa
Tilaustarjoilun hoitaminen
Juomatarjoilun toteutus (alkoholit ja muut juomat)
Somistus, elämykset ja kulttuuri ruokapalveluiden osatekijänä
Ruokaturvallisuus erilaisissa ruokatarjoiluissa
Asiakkaan erityistarpeiden huomioiminen ruokapalveluissa
Ruokapalveluiden hinnoittelu ja kannattavuus
Asiakasviestintä

Toteutus: Luennot, ohjatut harjoitukset opetuskeittiössä ja tapahtumissa.

Suoritukset: Tenti ja harjoitustyö

Arviointi: Kiitettävä (5): Opiskelija osaa käyttää ruoanvalmistuksen ja tarjoilun keskeisiä käsitteitä asiantuntevasti ja laaja-alaisesti. Opiskelija osaa toimia aloitteellisesti ja joustavasti erilaisissa ruoanvalmistus- ja tarjoilutilanteissa. Opiskelija osaa toimia ryhmän jäsenenä edistäen ja kehittäen ryhmän toimintaa. Opiskelija osaa toimia asiakaslähtöisesti ja työelämää kehittävästi. Hyvä (3-4): Opiskelija osaa käyttää ruoanvalmistuksen ja tarjoilun keskeisiä käsitteitä johdonmukaisesti. Opiskelija osaa toimia itsenäisesti ja vastuullisesti erilaisissa ruoanvalmistus- ja tarjoilutilanteissa. Opiskelija osaa toimia ryhmän jäsenenä yhteisten tavoitteiden saavuttamiseksi. Opiskelija osaa ottaa huomioon erilaisten asiakkaiden tarpeita ja toimia ammatillisesti erilaisissa asiakastilanteissa. Tyydyttävä (1-2): Opiskelija osaa käyttää asianmukaisesti ruoanvalmistuksen ja tarjoilun keskeisiä käsitteitä. Opiskelija osaa toimia ohjattuna tarkoituksenmukaisesti erilaisissa ruoanvalmistus- ja tarjoilutilanteissa. Opiskelija osaa toimia ryhmän jäsenenä ja ottaa huomioon muut ryhmän jäsenet. Opiskelija osaa selittää asiakaslähtöisen toimintatavan periaatteet.

Kirjallisuus: Ilmoitetaan opintojakson alussa.

(SLVR003) Ruokapalveluiden suunnittelu ja kehittäminen
Food Service Planning and Development

Laajuus: 3 op Ajoitus: 3. vsk

Osaamistavoite: Opiskelija osaa suunnitella ja toteuttaa asiakaslähtöisiä ruoka- ja juomapalveluita erilaisissa tilaisuuksissa ruokaturvallisuus, ympäristö ja viihtyvyystekijät

huomioiden. Opiskelija osaa rakentaa yhteistyösuhteita matkailualan toimijoiden kanssa.

Edeltävä osaaminen: Matkailun ruokapalvelut

Sisältö: Ruokapalveluiden suunnittelu ja toteutus yhteistyössä työelämän kanssa.

Toteutus: Projektit.

Suoritukset: Projektiraportti

Arviointi: Kiitettävä (5): Opiskelija osaa toimia itsenäisesti, aloitteellisesti ja joustavasti työelämähankkeissa sekä valita ja arvioida kriittisesti ammattialansa tekniikoita ja tapoja. Opiskelija osaa toimia asiakaslähtöisesti ja työelämää kehittävästi. Hyvä (3-4): Opiskelija osaa soveltaa tarkoituksenmukaisia ammattialansa toimintaan soveltuvia tekniikoita ja tapoja työelämähankkeissa. Opiskelija osaa toimia ammatillisesti asiakastilanteissa. Tyydyttävä (1-2): Opiskelija osaa käyttää oppimiaan ammattialan perustietoja työelämähankkeissa. Opiskelija osaa huomioida toiminnassaan työelämän toimintaperiaatteet.

Kirjallisuus: Ilmoitetaan opintojakson alussa.

(SLVM1Z) MAJOITUSYRITYKSEN TOIMINTA 15 op **ACCOMMODATION COMPANY OPERATIONS**

Opiskelija osaa toimia majoitusyrityksessä, suunnitella ja kehittää majoituspalveluja liiketaloudellisesti kannattavasti. Lisäksi opiskelija osaa toimia yhteiskuntavastuullisesti sekä kestävän kehityksen mukaisesti että arvioida kehittämistyön onnistumista.

(SLVM001) Majoitusyrityksen sisäinen toiminta Internal Operations of an Accommodation Company

Laajuus: 5 op Ajoitus: 2. vsk

Osaamistavoite: Opiskelija osaa hahmottaa majoitusliikkeen sisäisen toimintaympäristön. Asiakaspalvelusta opiskelijaa osaa majoitusliikkeen varaustoiminnot. Opiskelija hallitsee majoitusliikkeen asiakaspalvelun perusprosessit ja turvallisen sekä vastuullisen toiminnan periaatteet. Kurssiin kuuluu järjestyksenvalvojan koulutus.

Edeltävä osaaminen: Matkailun perusteet

Sisältö: Majoitusliikkeen sisäinen toimintaympäristö
Majoitusliikkeen varaustoiminnot
Asiakkaan saapuminen, majoittuminen ja lähtö majoitusliikkeestä
Majoitusliikkeen turvallisuus
Vastuullisen ja kestävän kehityksen mukainen majoitusyritys
Järjestyksenvalvojan koulutus

Toteutus: Luennot, ohjatut harjoitukset ja tutustuminen majoitusyrityksiin.

Suoritukset: Harjoitustyöt ja tentti

Arviointi: Kiitettävä (5): Opiskelija osaa soveltaa majoitusliikkeen sisäisen toimintaympäristön prosesseja ja palveluita, asiakaspalvelun sekä kestävän kehityksen periaatteita asiakasnäkökulmasta. Hyvä (3-4): Opiskelija osaa arvioida majoitusliikkeen sisäisen toimintaympäristön prosesseja ja palveluita, asiakaspalvelun perusprosesseja ja kestävän kehityksen periaatteita. Tyydyttävä (1-2): Opiskelija osaa kuvata majoitusliikkeen sisäisen toimintaympäristön, varaustoiminnot, asiakaspalvelun

perusprosessit ja kestävän kehityksen periaatteet.

Kirjallisuus: Rautiainen ja Siiskonen: Majoitustoiminta ja palveluosaaminen (2009)
Brännare, Kairamo, Kulusjärvi ja Matero: Majoitus- ja matkailupalvelu (2005)
Muu materiaali ilmoitetaan opintojakson alussa.

(SLVM002) Kannattava majoitusyritys
A Profitable Accommodation Company

Laajuus: 5 op Ajoitus: 2. vsk

Osaamistavoite: Opiskelija osaa kannattavan majoitusyrityksen hinnoittelun, seurannan ja johtamisen. Lisäksi opiskelija hallitsee majoitusyrityksen sisäisen ja ulkoisen markkinoinnin.

Edeltävä osaaminen: Matkailun perusteet ja majoitusyrityksen sisäinen toiminta

Sisältö: Majoitusliikkeen kannattavuus, hinnoittelu, seuranta ja johtaminen
Majoitusliikkeen markkinointi
Revenue management, Trevpar ja Goppar

Toteutus: Luennot ja harjoitukset.

Suoritukset: Harjoitustyöt ja tentti

Arviointi: Kiitettävä (5): Opiskelija osaa laskea majoitusliikkeen tunnusluvut ja osaa analyysien pohjalta tehdä tarvittavat toimenpiteet tilanteen edellyttämällä tavalla. Opiskelija osaa analysoida majoitusyrityksen sekä sisäisen että ulkoisen markkinoinnin osana majoitusyrityksen johtamista. Hyvä (3-4): Opiskelija osaa laskea majoitusliikkeen tunnusluvut ja osaa alkeellisesti niiden pohjalta tehtävät analyysit ja tarvittavat toimenpiteet. Opiskelija osaa ottaa huomioon majoitusyrityksen sekä sisäisen että ulkoisen markkinoinnin periaatteet. Tyydyttävä (1-2): Opiskelija tietää majoitusliikkeen tunnuslukujen laskemisen perusteet sekä tietää periaatteet, joiden pohjalta analyysit ja tarvittavat toimenpiteet tehdään. Opiskelija tietää majoitusyrityksen sekä sisäisen että ulkoisen markkinoinnin periaatteet.

Kirjallisuus: Rautiainen ja Siiskonen: Hotellin asiakasliikenne ja kannattavuus (2008)
Brännare, Kairamo, Kulusjärvi ja Matero: Majoitus- ja matkailupalvelu (2005)
Muu materiaali ilmoitetaan opintojakson alussa.

(SLVM003) Majoitusyrityksen kehittäminen
Developing an Accommodation Business

Laajuus: 5 op Ajoitus: 2. vsk

Osaamistavoite: Opiskelija ymmärtää ja osaa majoitusyrityksen kehittämisen kokonaisvaltaisesti. Lisäksi hän osaa kehittää projektiluonteisesti valitsemaansa majoitusyrityksen toiminnan osa-alueita liiketaloudellisesti kannattavalla tavalla ja kestävän kehityksen mukaisesti.

Edeltävä osaaminen: Matkailun perusteet, majoitusyrityksen toiminta, kannattava majoitusyritys ja majoitusyrityksen kehittäminen

Sisältö: Majoitusyrityksen toiminnan kehittäminen

Toteutus:	Luennot, majoitusyrityksen kehittämistehtävä ja esitysseminaarit, opintojakso toteutetaan T&K-opintoina.
Suoritukset:	Kehittämistehtävä ja esitykset
Arviointi:	Kiitettävä (5): Opiskelija osaa suunnitella majoitusyrityksen kehittämisen kokonaisvaltaisesti. Hän osaa kehittää projektiluonteisesti valitsemansa majoitusyrityksen toiminnan osa-alueita liiketaloudellisesti kannattavalla tavalla ja kestävän kehityksen mukaisesti. Hyvä (3-4): Opiskelija osaa suunnitella majoitusyrityksen kokonaisvaltaista kehittämistä. Hän osaa alkeellisesti kehittää projektiluonteisesti valitsemansa majoitusyrityksen toiminnan osa-alueita ja huomioida liiketalouden kannattavuuden ja kestävän kehityksen periaatteet. Tyydyttävä (1-2): Opiskelija osaa nimetä majoitusyrityksen kokonaisvaltaisen kehittämisen periaatteet. Hän osaa nimetä projektiluonteisen kehittämisen periaatteet huomioiden kannattavan liiketoiminnan sekä kestävän kehityksen.
Kirjallisuus:	Ilmoitetaan opintojakson alussa.

VAPAASTIVALITTAVAT OPINNOT

(VAPAAZ) VAPAASTI VALITTAVAT OPINNOT 10 op FREE-CHOICE STUDIES

Liikunnan ja vapaa-ajan koulutusohjelmassa opiskelija valitsee vähintään 10 opintopistettä opintoja omalta alaltaan, oman ammattikorkeakoulun toiselta alalta tai muusta korkeakoulusta tai tiedekorkeakoulusta. Tavoitteena on opiskelijan laaja-alainen osaaminen.

(SLW064) Uinninvalvojan tutkinto Lifeguard Qualification

Laajuus:	2 op	Ajoitus:	2-4 vsk
Osaamistavoite:	Opiskelija tietää erilaisissa pelastustapahtumissa ja -tilanteissa turvallisen toiminnan periaatteet ja osaa toimia turvallisesti erilaisissa pelastustilanteissa.		
Edeltävä osaaminen:	Hyvä uimataito ja EA1 suoritettuna ennen kurssin alkua.		
Sisältö:	Uinninvalvoajakurssi on tarkoitettu uimahallin valvonnassa toimiville tai valvojiksi		

aikoville. Kurssin tavoitteena on antaa perustiedot ja -taidot hengenpelastuksesta, asiakaspalvelusta sekä pelastajan tehtävistä uimahallissa.

Toteutus:	Luennot, ohjatut harjoitukset
Suoritukset:	Tehtävät, tentti, uinninvalvojan testiuinti, uinninvalvojan kokonaissuoritus
Arviointi:	Hyväksytty/ Hylätty. Arviointi perustuu SUH ry:n säädöksiin.
Kirjallisuus:	Kurssimateriaali saadaan kouluttajilta.

(SLW059) Aerobicohjaajan kurssi
 Aerobics Instructor Training Course

Laajuus:	3 op	Ajoitus:	2. vsk
Osaamistavoite:	Opiskelija osaa aerobicin ohjaamisen perusteet ja tietää aerobicitunnin rakenteen. Opiskelija osaa ohjata aerobicia erilaisille ryhmille.		

Edeltävä osaaminen: Anatomia ja fysiologia, Musiikkiliikunta, Voimistelu

Sisältö: Aerobicin ohjaaminen
 Sarjojen kehittelymenetelmät
 Koreografian rakentaminen
 Lihaskuntoharjoittelu aerobicissa

Toteutus:	Luennot, ohjatut harjoitukset, ohjausharjoitukset.
Suoritukset:	Tentti
Arviointi:	Ilmoitetaan opintojakson alussa.
Kirjallisuus:	Ilmoitetaan opintojakson alussa.

(SLW063) Alppiihdon ohjaajakurssi
 Alpine Skiing Instructor Course

Laajuus:	4 op	Ajoitus:	vapaasti valittavat opinnot
----------	------	----------	--------------------------------

Osaamistavoite: Alppiihdon ohjaajakurssi (entinen I- kurssi) keskittyy hiihdonopetuksen perusteisiin ja alppiihdon omien taitojen kehittämiseen sekä aloittelijoiden / lapsien ohjaamiseen. Kurssin käyneellä on valmiudet toimia hiihdonohjaajana hiihtokeskuksissa.

Edeltävä osaaminen: Kurssilaisilta edellytetään hyvää perushihtotaitoa kaikissa olosuhteissa, sekä kiinnostusta opetustyötä kohtaan.

Sisältö: * alppiihdon opetusohjelma
 * omat rinnelasku- ja opetustaidot
 * freestylen alkeet
 * opetusoppi
 * opetus- ja oppimisympäristöt
 * opetusharjoitukset (arvioitava)
 * lasten hiihtokoulu
 * maastohiihto (vapaan välineet) alppilajien taitopohjan kehittäjänä
 * taito- ja teorialtestit

Toteutus: Vuokatissa, Suomen hiihdonopettajat Ry

Arviointi: Shoryn kriteerien mukaan

(SLW031) Vauva- ja perheinnin ohjaajakoulutus

Baby and Family Swimming Instructor Course

Laajuus: 3 op Ajoitus: 2.-4. vsk

Osaamistavoite: Opiskelija saa valmiudet ohjata suomalaista vauvauintia johdonmukaisesti ja turvallisesti. Opiskelija ymmärtää vauvan kokonaisvaltaisen kehityksen pääpiirteet sekä on selvillä alkeisuinnin perusteista sekä veden mekaniikan vaikutuksista ihmisen kehoon ja sen liikuttamiseen.

Edeltävä osaaminen: Hyväksytysti suoritettu uimaopettajan tutkinto.

Sisältö: Vauva- ja perheinnin perusteet
Lapsen kokonaisvaltainen kehitys
Terveydelliset edellytykset
Leikit vauva- ja perheinnissa
Oman ohjaustyylin löytäminen
Vauvauinnin käytännön järjestelyt
Erityislapsen vauvauinnissa
Elvytyksen teoria ja käytäntö

Toteutus: Luennot, ohjatut harjoitukset, itsenäinen opiskelu.

Suoritukset: Tentti, oppimispäiväkirja, käytännön harjoitusten hyväksytyt suorittaminen

Arviointi: Ilmoitetaan opintojakson alussa.

Kirjallisuus: Vauva- ja perheinnin ohjaajamateriaali. Suomen Uimaopetus- ja Hengenpelastusliitto ry
Sääkslahti, A. & Numminen, P. Vauvauinti

(SHPK005) Build up Your English

Build up Your English

Laajuus: 3 op Ajoitus: 1. vsk

Osaamistavoite: Opiskelija hallitsee englannin kielen peruskieliopin, laajentaa yleiskielen sanavarastoaan sekä kehittää englannin kielen suullista ja kirjallista taitoaan työelämän viestintä- ja vuorovaikutustilanteisiin.

Edeltävä osaaminen: Eurooppalainen viitekehys B2 ja lähtötasotesti

Sisältö: Englannin kielen perusrakenteet ja sanasto
Suullisen ja kirjallisen kielitaidon sekä puheen ja tekstin ymmärtämisen aktivointi

Toteutus: Ohjatut harjoitukset

Suoritukset: Aktiivinen osallistuminen, Tentti

Arviointi: Kiitettävä (5): Opiskelija käyttää monipuolisia kielioppirakenteita lähes virheettömästi. Opiskelija ääntää luontevasti ja selkeästi. Opiskelija ymmärtää suhteellisen vaivattomasti myös eri korostuksilla puhuvia ihmisiä. Opiskelija osaa reagoida nopeasti ja asianmukaisesti keskustelukumppanin sanomisiin. Opiskelija kirjoittaa sujuvasti ja tarkoituksenmukaisesti lähes ilman kielivirheitä. Hyvä (3-4): Opiskelija käyttää rakenteita pääosin oikein ja korjata itse kielenkäytön virheitä jos

ne ovat johtaneet väärinkäsityksiin. Opiskelija ääntää melko luontevasti ja selkeästi. Opiskelija ymmärtää eri korostuksilla puhuvia ihmisiä, kun aihe on tuttu. Opiskelija osaa reagoida keskustelukumppaninsa sanomisiin pääosin asianmukaisesti. Opiskelija kirjoittaa melko sujuvasti ja selkeästi. Tyydyttävä (1-2): Opiskelija käyttää yksinkertaisia kieliopin perusrakenteita. Opiskelija ääntää useimmiten ymmärrettävästi. Opiskelija ymmärtää pääasiat normaalitempoisesta puheesta tutussa asiayhteydessä, kun viesti toistetaan tarvittaessa. Opiskelija osaa reagoida yleensä jollakin tavalla keskustelukumppanin sanomisiin. Opiskelija kirjoittaa jotakuinkin ymmärrettävästi.

Kirjallisuus: Opetusmoniste

(SHPK006) Bygg upp din svenska

Bygg upp din svenska (Swedish)

Laajuus: 3 op Ajoitus: 2. vsk

Osaamistavoite: Opiskelija hallitsee ruotsin kielen peruskieliopin, laajentaa yleiskielen sanavarastoaan sekä kehittää ruotsin kielen suullista ja kirjallista taitoaan työelämän viestintä- ja vuorovaikutustilanteisiin.

Edeltävä osaaminen: Eurooppalainen viitekehys B1 ja lähtötasotesti

Sisältö: Ruotsin kielen perusrakenteet ja sanasto
Suullisen ja kirjallisen tuottamisen sekä puheen ja tekstin ymmärtämisen aktivointi

Toteutus: Ohjatut harjoitukset.

Suoritukset: Aktiivinen osallistuminen, tentti

Arviointi: Kiitettävä (5): Opiskelija käyttää monipuolisia kielioppirakenteita ja hallitsee ne lähes virheettömästi. Opiskelija ääntää luontevasti ja selkeästi. Opiskelija ymmärtää suhteellisen vaivattomasti myös eri korostuksilla puhuvia ihmisiä Opiskelija reagoida nopeasti ja asianmukaisesti keskustelukumppanin sanomisiin. Opiskelija kirjoittaa sujuvasti ja tarkoituksenmukaisesti lähes ilman kielivirheitä. Hyvä (3-4): Opiskelija käyttää rakenteita pääosin oikein ja korjaa itse kielenkäytön virheitä jos ne ovat johtaneet väärinkäsityksiin. Opiskelija ääntää melko luontevasti ja selkeästi Opiskelija ymmärtää eri korostuksilla puhuvia ihmisiä, kun aihe on tuttu. Opiskelija osaa reagoida keskustelukumppaninsa sanomisiin pääosin asianmukaisesti. Opiskelija kirjoittaa melko sujuvasti ja selkeästi. Tyydyttävä (1-2): Opiskelija käyttää yksinkertaisia kieliopin perusrakenteita. Opiskelija ääntää useimmiten ymmärrettävästi. Opiskelija ymmärtää pääasiat normaalitempoisesta puheesta tutussa asiayhteydessä, kun viesti toistetaan tarvittaessa. Opiskelija osaa reagoida yleensä jollakin tavalla keskustelukumppanin sanomisiin. Opiskelija kirjoittaa jotakuinkin ymmärrettävästi.

Kirjallisuus: Opetusmoniste

(SAWH004) Muu vapaavalintainen kokonaisuus

Other free-choice course/module

Laajuus: 2 op Ajoitus:

**(SLOO1Z) OPINNÄYTETYÖ 15 op
THESIS**

Opiskelija syventää ammatillista osaamistaan T&K-toiminnassa ja käytännön asiantuntijatehtävissä käyttämällä perusteluissaan tutkittua tietoa ja noudattamalla tutkimuksen yleisiä eettisiä pelisääntöjä. Moduuli suoritetaan T&K-opintoina.

(SLOO001) Opinnäytetyö

Thesis

Laajuus: 15 op Ajoitus: 3.vsk

Osaamistavoite: Opiskelija kehittää ja osoittaa valmiuksiaan soveltaa tietojaan ja taitojaan ammattiopintoihin liittyvissä käytännön asiantuntijatehtävissä. Hän syventää ammatillista osaamistaan TK- toiminnasta yhteistyössä prosessiin osallistuvien kanssa. Opiskelija osoittaa hallitsevansa kriittisen, tutkimuksellisen, kehittävän ja eettisen ajattelun asiantuntijuutensa kehittymisen perustana.

Edeltävä osaaminen: Tutkimus- ja kehittämistoiminta (3 op) hyväksytysti suoritettu ennen aiheanalyysi-vaihetta. Aiheanalyysi hyväksytty ennen opinnäytetyösuunnitelman esittämistä. Opinnäytetyösuunnitelma hyväksytty ennen opinnäytetyön tekemistä ja esittämistä. Opinnäytetyö esitetty ennen kypsyysnäytteen kirjoittamista.

Sisältö: Osa 1. Opinnäytetyön aiheanalyysi 3 op
Opinnäytetyön tavoitteet, aiheen valinta ja rajaus, ohjaus ja vertaisohjaus, sitoutuminen, aiheanalyysi ja sen esittäminen pienryhmässä, tiedonhankintataidot.
Osa 2. Opinnäytetyösuunnitelma 5 op, yhteistyö toimeksiantajan kanssa, toimeksiantosopimus ja tekijänoikeudet, arviointikäytännöt, opinnäytetyösuunnitelma ja sen esitys
Osa 3. Opinnäytetyön toteutus, esitys ja raportointi 7 op

Toteutus: Luennot, seminaarit, itsenäinen opiskelu. Opintojakso toteutetaan osittain verkko-opintoina.

Suoritukset: Aiheanalyysin esittäminen pienryhmässä, opinnäytetyösuunnitelman ja opinnäytetyön kirjallinen ja suullinen esitys, seminaarit, valmiiden opinnäytteiden seuranta, posterit ja kypsyysnäyte, vertaisena ja puheenjohtajana toimiminen

Arviointi: Ilmoitetaan opintojakson alussa.

Kirjallisuus: Opinnäytetyökohtainen
<http://www.kajak/opari.fi>

HARJOITTELU

**(SLHA1Z) HARJOITTELU 30 op
PRACTICAL TRAINING**

Moduulin suoritettuaan opiskelija hallitsee liikunnanohjaajan keskeiset käytännön työtehtävät ja osaa soveltaa tietojaan ja taitojaan työelämässä. Opiskelija on verkostoitunut liikunta-alan toimijoihin.

**(SLHA006) Orientoiva harjoittelu
Practical Training (Orientation)**

Laajuus: 12 op Ajoitus: 2. vsk

Osaamistavoite: Opintojakson suoritettuaan opiskelija on kehittänyt työelämävalmiuksiaan. Hän on soveltanut ja syventänyt osaamistaan. Opiskelija osaa suunnitella, toteuttaa ja arvioida laajoja liikunnan ohjaukokonaisuuksia erilaisille ryhmille. Hän osaa kuvata liikunta-alan hallintoa harjoittelupaikkansa näkökulmasta.

Sisältö:	Kahdeksan (8) viikon harjoittelujakso kunnan liikunta-, vapaa-aika- tai koulutoimessa, terveydenhuollossa, urheiluseurassa, liikunta-alan järjestössä, liikunta- tai matkailualan yrityksessä tai liikunta-alan projekteissa.
Toteutus:	Käytännön harjoittelu
Suoritukset:	Raportti, päiväkirja ja powerpoint-esitys harjoittelupaikasta
Arviointi:	Hyväksytyt: Opiskelija osaa käyttäytyä asianmukaisesti ja noudattaa liikunta-alan arvoperustaa ja ammattieettisiä periaatteita. Opiskelija osaa toimia vastuullisesti ja osoittaa olevansa luotettava. Opiskelija osaa sopeutua harjoittelupaikan toimintakulttuuriin. Opiskelija osaa toimia itseohjautuvasti, on motivoitunut ja osoittaa halua kehittää osaamistaan. Opiskelija osaa huolehtia työyksikön turvallisuudesta ja viihtyisyydestä. Opiskelija ottaa muut huomioon toiminnassaan ja työskennellä joustavasti ryhmässä. Opiskelija tunnistaa realistisesti osaamisensa tason ja arvioida toimintaansa. Opiskelija ottaa vastaan palautetta ja kykenee vuorovaikutteiseen palautekeskusteluun. Opiskelija soveltaa opinnoissa jo läpikäytyjä tietoja ja taitoja. Opiskelija osaa perustella toimintaansa teoreettisesti. Opiskelija osaa jakso- ja tuntisuunnittelun. Opiskelija osaa eri opetustyylien käytön sekä ohjeiden ja palautteenannon (ohjauksissa). Opiskelija osaa suunnitella ja ohjata asiakaslähtöisesti. Opiskelija osaa toimia apuna testauksissa. Opiskelija osaa analysoida liikunnanohjaajan työn luonnetta. Opiskelija osaa kuvata liikunta-alan hallintoa. Opiskelija osaa kuvata organisaation rakenteen, toiminta-ajatuksen ja perustehtävän.

(SLHA007) Syventävä harjoittelu
Advanced Training

Laajuus:	18 op	Ajoitus:	4. vsk
Osaamistavoite:	Opintojakson suoritettuaan opiskelija on syventänyt liikunta-alan ammattiosaamistaan ja omaa erityisosaamistaan. Hän osaa kehittää työtään ja toimintaympäristöään teoreettisen tiedon perusteella.		
Edeltävä osaaminen:	SLHA006 Orientoiva harjoittelu 12op		
Sisältö:	12 viikon harjoittelujakso kunnan liikunta-, vapaa-aika-/ koulutoimessa, terveydenhuollossa, urheiluseurassa, liikunta-alan järjestössä, liikunta-/ matkailualan yrityksissä tai liikunta-alan projekteissa.		
Toteutus:	Käytännön harjoittelu		
Suoritukset:	Raportti, kehittämistehtävä, päiväkirja ja powerpoint-esitys harjoittelupaikasta		
Arviointi:	Hyväksytyt: Opiskelija osaa käyttäytyä asianmukaisesti ja noudattaa toiminnassaan liikunta-alan arvoperustaa ja ammattieettisiä periaatteita. Opiskelija osaa toimia vastuullisesti ja osoittaa olevansa luotettava. Opiskelija osaa sopeutua harjoittelupaikan toimintakulttuuriin. Opiskelija osaa toimia aloitteellisesti ja itseohjautuvasti, on motivoitunut ja osoittaa halua kehittää osaamistaan. Opiskelija osaa huolehtia työyksikön turvallisuudesta ja viihtyisyydestä. Opiskelija ottaa muut huomioon toiminnassaan ja työskennellä joustavasti. Opiskelija kehittää harjoittelupaikan osaamista (t&k- tehtävä). Opiskelija tunnistaa realistisesti osaamisensa tason ja arvioida kriittisesti toimintaansa. Opiskelija ottaa vastaan palautetta ja kykenee vuorovaikutteiseen palautekeskusteluun. Opiskelija soveltaa tietoja ja taitoja sekä perustella toimintaansa teoreettisesti. Opiskelija osaa toimia liikunnan terveysvaikutusten asiantuntijana. Opiskelija osaa jakso- ja tuntisuunnittelun, eri opetustyylien käytön sekä ohjeiden ja palautteenannon (ohjauksissa). Opiskelija osaa suunnitella ja ohjata asiakaslähtöisesti sekä ryhmiä että yksilöitä. Opiskelija osaa toimia liikuntaneuvontaprosessin mukaisesti ja laatia harjoitusohjelmia yksilöllisesti. Opiskelija toteuttaa terveystestauksesta		

laadukkaasti ja turvallisesti. Opiskelija osaa kuvata liikunnan merkityksen yhteiskunnassa. Opiskelija osoittaa hallitsevansa tutkivan ja kehittävän työtteen. Opiskelija osaa verkostoitua liikunta-alan toimijoiden kanssa ja tehdä verkostoyhteistyötä.