

## Liikunnan ja vapaa-ajan koulutusohjelma, Vierumäki, päivä-/monimuotototeutus

### Liikunnan ja vapaa-ajan koulutusohjelma pähkinänkuoressa

Tutkintonimike:	Liikunnanohjaaja (AMK)
Tutkintotaso:	AMK-tutkinto
Ohjelman laajuus:	210 opintopistettä
Ohjelman kesto:	3-3,5 vuotta
Opiskelumuoto:	Päivä- että monimuotototeutus
Arviointi:	<ul style="list-style-type: none"><li>• <a href="#">Lue tutkintosäännöstä &gt;&gt;</a></li><li>• <a href="#">Tutustu arviointiprosessiin &gt;&gt;</a></li></ul>
Tutkintovaatimukset:	opetussuunnitelman mukaisten opintojen suorittaminen, pakollinen harjoittelu, opinnäytetyö ja kypsyysnäyte. Valtioneuvoston asetus ammattikorkeakouluista 932/2014
Aiemmin hankitun osaamisen tunnustaminen:	<a href="#">Tutustu Haaga-Helian aiemmin hankitun osaamisen tunnustamisen periaatteisiin &gt;&gt;</a>
Hakukelpoisuus ja hakeminen:	Ammattikorkeakoululaki 932/2014 25§ <ul style="list-style-type: none"><li>• Tutustu hakutietoihin <a href="http://www.opintopolku.fi">www.opintopolku.fi</a> -sivustolla ennen hakua!</li></ul>
Jatko-opinnot:	<ul style="list-style-type: none"><li>• Ylempi amk-tutkinto: Liikunta-alan kehittämisen ja johtamisen koulutus</li><li>• Ylempi amk-tutkinto: Valmennuksen koulutus</li><li>• Yliopisto-opinnot</li></ul>

Haaga-Helia ammattikorkeakoulun strategian perustana on kouluttaa työelämään palvelu-, myynti- ja yrittäjähenkisiä asiantuntijoita sekä tutkia ja kehittää innovatiivisia palveluita, tuotteita ja yritysalamää alueemme elinkeinoelämän ja hyvinvoinnin vahvistamiseksi. Tämä edellyttää entistä tiiviimpää yhteistyötä elinkeinoelämän kanssa ja opetuksen työtapojen uudistamista siten, että opiskelijat voivat olla opintojensa alusta lähtien mukana työelämälähtöisissä kehittämishankkeissa.

Tämä opetussuunnitelma perustuu Haaga-Helian ammattikorkeakoulun strategiaan ja kertoo liikunnan ja vapaa-ajan koulutusohjelman opinnoista. Suunnitelma on tehty koulutusohjelman opiskelijoille, opettajille ja muulle henkilöstölle sekä liikunta-alan elinkeinoelämälle. Opetussuunnitelma on hyväksytty Haaga-Helian ammattikorkeakoulun hallituksessa elokuussa 2013 ja sitä voidaan päivittää tutkintosäännössä säädetyllä tavalla. Opetussuunnitelmaa on viimeksi päivitetty keväällä 2016. Opiskelijat, opettajat, koulutusjohto ja muu henkilöstö sitoutuvat noudattamaan tätä opetussuunnitelmaa.

## **Opetussuunnitelma sisältää seuraavat osat:**

### **1 Liikunta-alan opinnot Haaga-Heliassa**

- 1.1 Opintojen tavoite ja tutkinnon tuottama osaaminen
- 1.2 Opintojen rakenne ja laajuus

### **2 Opiskelu Vierumäen kampuksella**

- 2.1 Vierumäki-kampus oppimisympäristönä
- 2.2 Opiskelu ja oppiminen työelämään sidotuissa oppimisprojekteissa
- 2.3 Arviointi
- 2.4 Eri osapuolten roolit opiskelijan oppimisen tukemisessa ja ammatillisessa kasvussa ja kehittämisessä
- 2.5 Opintojen ohjaus
- 2.6 Aiemmin hankitun osaamisen tunnistaminen ja tunnustaminen (AHOT) sekä opinnot muissa koulutusohjelmissa ja korkeakouluissa

### **3 Koulutusohjelman opinnot**

- 3.1 Opiskelu ja oppiminen alan eri toimintaympäristöissä
- 3.2 Tutkinnon rakenne

## **1 Liikunta-alan opinnot Haaga-Heliassa**

### **1.1 Opintojen tavoite ja tutkinnon tuottama osaaminen**

Koulutusohjelman osaamisprofiili perustuu näkemykseen tulevaisuuden nopeasti muuttuvista toimintaympäristöistä ja jatkuvasti päivittyvästä tiedosta, mihin koulutusohjelman uudistuneilla toimintatavoilla ja menetelmillä pyritään vastaamaan.

Koulutusohjelman tavoite on kouluttaa liikunta-alan työelämään asiantuntijoita ja kehittäjiä. Asiantuntijuudelle ominaisia ovat työskentelytavat, joissa korostuvat itseohjautuvuus, tiedonhankinta ja sen muokkaaminen sekä rohkeus tarttua haasteisiin ja ratkaista ongelmia uusilla tavoilla yhteisöllisesti ja käyttäjälähtöisesti.

Liikunta alalle kohdistuvat tutkinnon yleiset työelämävalmiudet sisältävät:

- itsensä kehittämisen ja itsensä asemoinnin alan toimintaympäristöihin
- viestintä- ja vuorovaikutusosaamisen
- kansainvälisyysosaamisen
- yhteiskuntavastuun ja eettisen osaamisen

Koulutusohjelmakohtainen osaaminen sisältää:

- liikunnan pedagogisen osaamisen
- liikuntajohtamisen osaamisen
- alan palvelu-, myynti- ja yrittäjäyysosaamisen
- alan kehittämistoiminnan osaamisen

Ammatillista osaamistaan opiskelija kehittää seuraavissa toimintaympäristöissä:

- kilpa- ja huippu-urheilu
- kunto- ja terveysliikunta
- liikuntapalvelut

Opiskelijan tärkeimpänä tehtävänä on nähdä opiskelu kokonaisvaltaisena oman ammatillisen identiteetin muodostajana ja kehittäjänä. Opinnot suoritettuaan opiskelijalla on valmiudet sijoittua koulutusta vastaaviin tavoitetyötehtäviin, kuten valmentajaksi, kouluttajaksi, liikunta-alan asiantuntijaksi ja kehittäjäksi sekä hallinto-, esimies- ja johtotehtäviin tai liikunta-alan yrittäjäksi.

## 1.2 Opintojen rakenne ja laajuus

Liikunnan ja vapaa-ajan koulutusohjelman opinnot kestävät 3 - 3,5 vuotta. Opintojen laajuus on 210 opintopistettä. Opinnot johtavat liikunnan ammattikorkeakoulututkintoon, jonka tutkintonimike on liikunnanohjaaja (AMK).

Opinnot rakentuvat seuraavasti:

<b>Opinnot</b>	<b>Opinto- pisteet</b>
Yhteiset perusopinnot	75
Valinnaiset ammattiopinnot	70
Työharjoittelu	30
Opinnäytetyö	15
Vapaasti valittavat opinnot	20
<b>Yhteensä</b>	<b>210</b>

Opiskelijan tulee ammattikorkeakoulututkintoon sisältyvissä opinnoissa tai muulla tavalla osoittaa, että hänellä on ammattikorkeakouluasetuksen edellyttämä ruotsin kielen taito sekä ammatin harjoittamisen ja ammatillisen kehityksen kannalta riittävä yhden tai kahden vieraan kielen taito.

## 2 Opiskelu Vierumäen kampuksella

### 2.1 Vierumäki-kampus oppimisympäristönä

Haaga-Helian Vierumäen kampus tarjoaa ainutlaatuisen liikunta-alan oppimisympäristön. Vierumäellä opiskelijat kohtaavat opinnoissaan erilaisia asiakasryhmiä, kuten huippu-urheilijoita, lapsia ja nuoria, vapaa-ajan liikkuja eri ikäryhmistä sekä yritysten henkilöstöä. Suomen urheiluopisto ja Vierumäki Country Club palveluineen sekä lähialueen kunnat, liikunnan aluejärjestöt, liikuntaseurat ja -yritykset tarjoavat yhteistyöpohjan työelämäprojekteille, joissa oppiminen pääosin tapahtuu. Valtakunnalliset ja kansainväliset korkeakoulu-, järjestö- ja yrityskumppanuudet täydentävät oppimisverkostoja.

### 2.2 Opiskelu ja oppiminen työelämään sidotuissa oppimisprojekteissa

Koulutusohjelman pääasiallisena opetusmetodina käytetään projektioppimista. Projektioppimisella tarkoitetaan opetuksen organisointitapaa, jossa oppiminen tapahtuu pääosin työelämälähtöisissä oppimisympäristöissä erilaisten käyttäjälähtöisten kehittämisprojektien avulla. Lisäksi oppimistilanteita voidaan toteuttaa Vierumäki-kampuksella kehittämisprojektin eri vaiheissa. Työelämän yhteistyötahojen rooli on toimia oppimisprosessin mahdollistajina, tukijoina ja motivoijina. Yhteisölliseen prosessiin osallistuessaan työelämäpartnerit saavat myös mahdollisuuden kehittää omaa osaamistaan ja toimintaansa.

Eri toimintaympäristöissä toteutettavat kehittämisprojektit rakentuvat sellaisiksi, joissa opiskelijalla on mahdollisuus innostua ja toimia aktiivisesti osaamisensa kehittämiseksi. Opiskelijalle tarjoutuu kehittämisprojekteissa mahdollisuus oppia toimintatapoja ja -malleja, joiden avulla hän pystyy

menestymään tulevaisuuden muuttuvissa työtehtävissä.

Kehittämiprojekti muodostuu seuraavista vaiheista: joukkue -> tavoite -> taktiikka -> turnaus -> palkinto. Jokainen kehittämiprojekti on ainutlaatuinen eikä projekteille ole ennalta määritelty yhtä oikeaa toteutusmallia tai pedagogista toimintatapaa.

### Kuvio 1. Kehittämiprojektin eteneminen

Aktiivinen ja yhteisöllinen työskentelytapa mahdollistaa jo opiskeluaikana erilaisissa asiantuntijaverkostoissa toimimisen, uuden tiedon luomisen sekä uusien toimintatapojen kehittämisen yhteistyössä työelämän kanssa. Osaamisen kehittymisestä vastaavat opiskelijoiden ja opettajien lisäksi työelämän asiantuntijat. Keskeistä edellä mainittujen tavoitteiden saavuttamisessa on oppimista tukeva ja innostava ilmapiiri, joka edistää avointa vuorovaikutusta, yhdessä tekemistä sekä oppijoiden itsetuntemuksen kehittymistä.

Jokaiselle kehittämiprojektille laaditaan pedagoginen käsikirjoitus yhteistyössä työelämäkumppanin sekä opiskelijaryhmän kanssa. Käsikirjoitus on luonteeltaan jatkuvasti päivittyvä suunnitelma oppimisen ja osaamisen kehittymisen edistämiseksi. Se sisältää työelämäkumppanin, opiskelijaryhmän ja opettajatiimin ajatuksia kehittämiprojektin eri vaiheiden oppimis- ja opetustavoitteista, keskeisistä sisällöistä ja työskentelymenetelmistä sekä syntyvän osaamisen arvioinnista.

### 2.3 Arviointi

Arvioinnissa korostuu oppimisprojektin aikana syntyvän osaamisen arviointi, mikä edellyttää monipuolisten laadullisten ja määrällisten arviointimenetelmien käyttöä arviointiprosessin aikana. Opettajien suorittaman arvioinnin rinnalla arviointimenetelminä käytetään itse- ja vertaisarviointia. Myös työelämäkumppanien edustajat osallistuvat mahdollisuuksien mukaan arviointiin. Arvioinnin yleiset perusteet määritetään tutkintosäännössä ja tarkemmat arvioinninkriteerit löytyvät opintojaksokuvauksista ja eri oppimisprojektien pedagogisista käsikirjoituksista.

### 2.4. Eri osapuolten roolit opiskelijan oppimisen tukemisessa ja ammatillisessa kasvussa

Opiskelijan rooli on kasvaa itseohjautuvaksi ja ennakoivaksi asiantuntijaksi, joka on motivoitunut kehittämään itseään, työtään ja työyhteisöään. Opiskelijat asettavat yhdessä työelämän ja opettajien kanssa oppimistavoitteet ja suunnittelevat työskentelyprosesseja opetussuunnitelman puitteissa. Opiskelijan tärkeimpänä tehtävänä on nähdä opiskelu kokonaisvaltaisena ammatillisen identiteetin eli ammatillisen kasvun kehitysprosessina.

Työelämän yhteistyötahojen rooli on toimia oppimisprosessin mahdollistajina, tukijoina ja motivoijina. Yhteisölliseen prosessiin osallistuessaan työelämäpartnerit saavat mahdollisuuden kehittää omaa osaamistaan ja toimintaansa.

Opettajan rooli on toimia opiskelun suunnittelijana, mahdollistajana, ohjaajana, motivoijana, innostajana ja kanssaoppijana sekä tarpeen mukaan asiantuntijakonsulttina. Opettajat toimivat oppimisen ohjaajina yhteistyössä keskenään sekä opiskelijoiden, työelämän ja muiden sidosryhmien kanssa. Opettaja ottaa huomioon opiskelijoiden oppimistyylit ja lähtötasot. Opettajan ja opiskelijan ammatti-identiteetit rakentuvat oppivan yhteisön sosiaalisessa vuorovaikutuksessa.

### 2.5 Opintojen ohjaus

Opintojen ohjauksen tavoitteena on tukea opiskelijan oppimista, osaamisen kehittymistä ja ammatillista kasvua sekä opintojen suorittamista 3 - 3,5 vuoden aikana. Vierumäen kampuksen

opiskelija saa tukea opintoihinsa koulutusohjelmajohtajalta, omalta opettaja opinto-ohjaajalta, muilta opettajilta sekä opiskelijatutoreilta. Opintojen ohjauksen päävastuu on nimetyllä ryhmäkohtaisella opettaja opinto-ohjaajalla. Vierumäellä puhutaankin opiskelijan kokonaisvaltaisesta opintojen ohjausprosessista. Se tarkoittaa ”yhden luukun periaatetta” eli oma opettaja opinto-ohjaaja on opiskelijan tukena ja lähimpänä ohjaajana myös työharjoittelussa ja tulevaisuuden työuran suunnittelemisessa. Ohjauksen kokonaisvaltaisuus ja idea perustuvatkin juuri moniin vuorovaikutuksellisiin kohtaamisiin ja sitä kautta jatkuvasti kehittyvään opiskelijatuntemukseen. Hyvä opiskelijatuntemus mahdollistaa opiskelijan laaja-alaisen ohjaamisen kohti alansa asiantuntijuutta.

Opiskelua tuetaan myös monien verkkosovelluksen avulla. Näistä MyNet toimii opiskelijan yleisenä tietopankkina, josta löytyy tietoa opiskelusta ja opiskeluprosessista. WinhaWille on sähköinen opintosuunnitelman hallinnointijärjestelmä. Sen avulla voi ilmoittautua opintojaksoille, tarkistaa arvosanat, päivittää yhteystietoja sekä antaa opintojaksopalautetta. Mm. Google sovelluksia ja Moodle verkkoympäristöjä hyödynnetään mm. opetusmateriaalien ja tehtävien jaossa sekä palautuksissa, osasuorituksien arvioinneissa sekä keskustelufoorumeina.

## **2.6 Aiemmin hankitun osaamisen tunnistaminen ja tunnustaminen (AHOT) sekä opinnot muissa koulutusohjelmissa ja korkeakouluissa**

Aiemmin hankitun osaamisen tunnistaminen ja tunnustaminen (AHOT) koskee opiskelijoita, joilla on aiemmin suoritettuja opisto-, ammattikorkeakoulu- tai yliopisto-opintoja taikka työssä, harrastuksissa tai muualla hankittua osaamista. Opiskelija voi sisällyttää tutkintoonsa aiemmin hankkimaansa osaamista edellyttäen, että hänen osaamisensa saavuttaa ahotointinsa kohteena olevan opintojakson osaamistavoitteet. AHOT-menettelyllä ja siihen liittyvällä ohjauksella pyritään mahdollisuuksien mukaan myös lyhentämään opintoihin kuluva kokonaisaika. Opiskelija voi soveltuvin osin sisällyttää tutkintoonsa myös muissa koulutusohjelmissa ja korkeakouluissa joko Suomessa tai ulkomailla suorittamiaan vastaavan osaamisen tuottavia opintoja.

## **3 Koulutusohjelman opinnot**

### **3.1 Opiskelu ja oppiminen alan eri toimintaympäristöissä**

Koulutusohjelmassa opinnot jakautuvat yhteisiin perusopintoihin, valinnaisiin ammattiopintoihin, vapaasti valittaviin opintoihin, työharjoitteluun ja opinnäytetyöhön.

Opinnot toteutetaan kolmeen eri liikunta alan toimintaympäristöön sidottuihin ja osaamista kehittäviin oppimisprojekteihin. Toimintaympäristöt ovat kilpa- ja huippu-urheilu, kunto- ja terveysliikunta sekä liikuntapalvelut. Kaikkiin toimintaympäristöihin sisältyy näkökulma käyttäjälähtöisestä toimintojen kehittamisestä. Ensimmäisenä opiskeluvuotena opiskelijoiden oppimisprojektit sidotaan kaikkiin toimintaympäristöihin, joissa osaamista kehitetään yhteisten perusopintojen tavoitteiden suunnassa. Toinen opiskeluvuosi keskittyy kahteen ja viimeinen opiskeluvuosi yhteen toimintaympäristöjen mukaisen osaamisen kehittämiseen.

Kilpa- ja huippu-urheilun toimintaympäristön muodostavat urheilupalveluita toteuttavat ja kehittävät toimijat lajiliitoissa, piiri- ja alueorganisaatioissa, seuroissa, urheilun keskusjärjestöissä sekä koulutus- ja valmennuskeskuksissa.

Kunto- ja terveysliikunnan toimintaympäristön muodostavat kunto- ja terveysliikuntaa toteuttavat ja kehittävät toimijat yksityisellä, kunnallisella sekä kolmannella sektorilla.

Liikuntapalvelujen toimintaympäristön muodostavat liikuntapalveluja sekä liikuntamatkailua toteuttavat ja kehittävät toimijat yksityisellä, kunnallisella sekä kolmannella sektorilla.

### 3.2 Tutkinnon rakenne

Tutkinto koostuu seuraavista opintojaksoista:

<b>Yhteiset perusopinnot</b>	<b>75 op</b>
Liikunta-alan työelämätaidot	15 op
Liikunnan pedagogiikka	15 op
Johtaminen	15 op
Palvelu, myynti ja yrittäjyys liikunta-alalla	15 op
Tutkimus, kehittämis- ja innovaatiotoiminta	15 op
<b>Valinnaiset ammattiopinnot</b>	<b>70 op</b>
Liikunta-alan toimintaympäristöjen major opinnot	30 op
Suuntautumisopinnot	40 op
<b>Työharjoittelu</b>	<b>30 op</b>
<b>Opinnäytetyö</b>	<b>15 op</b>
<b>Vapaasti valittavat opinnot</b>	<b>20 op</b>
<b>YHTEENSÄ</b>	<b>210 op</b>

#### Yhteiset perusopinnot:

Opintojaksojen osatoteutuksissa olevat numerot (1-2) viittaavat ohjeellisesti opintojen ajoittumiseen eri lukuvuosille. Eri opintojaksojen osaamistavoitteet löytyvät opintojaksokuvauksista.

#### Liikunta-alan työelämätaidot (15 op)

Työelämätaidot ovat vuorovaikutus- ja organisointitaitoja, teknisiä taitoja sekä ammatilliseen kasvuun ja hyvinvointiin liittyviä taitoja. Työelämätaitojen riittävä hallinta luo perustan toimimiselle monipuolisissa liikunta-alan asiantuntija- ja kehittämistehtävissä niin kotimaassa kuin ulkomaillakin

*Liikunta-alan työelämätaidot 1 (10 op)*

*Liikunta-alan työelämätaidot 2 (5 op)*

#### Liikunnan pedagogiikka (15 op)

Liikunnan pedagogiikka on oppimistilanteiden kokonaisvaltaista tarkastelua niin suunnittelun, toteutuksen kuin arvioinninkin näkökulmasta

*Liikunnan pedagogiikka 1 (10 op)*

*Liikunnan pedagogiikka 2 (5 op)*

#### Johtaminen (15 op)

Johtaminen on toiminnan suuntaviivojen määrittämistä sekä ihmisten ja asioiden organisoimista määritettyjen tavoitteiden saavuttamiseksi.

*Johtaminen 1 (10 op)*

*Johtaminen 2 (5 op)*

#### Palvelu, myynti ja yrittäjyys liikunta-alalla (15 op)

Palvelu, myynti ja yrittäjyys on ihmisten kokonaisvaltaista kohtaamista, sisäistä yrittäjyyttä ja käyttäjälähtöistä ihmisten palvelemista tuloksellisesti

*Palvelu, myynti ja yrittäjyys liikunta-alalla 1 (10 op)*

*Palvelu, myynti ja yrittäjyys liikunta-alalla 2 (5 op)*

### **Tutkimus-, kehittämis- ja innovaatiotoiminta (15 op)**

Tutkimus, kehittämis- ja innovaatiotoiminta on erilaisten asioiden ja projektien suunnittelua, toteuttamista ja arviointia tutkivalla ja kehittäväällä työotteella. Toiminnan tarkoituksena on löytää ja luoda jotakin uutta.

*Tutkimus-, kehittämis- ja innovaatiotoiminta 1 (10 op)*

*Tutkimus-, kehittämis- ja innovaatiotoiminta 2 (5 op)*

### **Valinnaiset ammattiopinnot:**

#### **Liikunta-alan toimintaympäristöjen major opinnot (30 op)**

Opiskelija valitsee kaksi majoria (15 op + 15 op) alla olevista vaihtoehdoista:

- Kilpa- ja huippu-urheilu
- Kunto- ja terveystoiminta
- Liikuntapalvelut

#### **Suuntautumisopinnot (40op)**

Opiskelija suuntautuu yhteen seuraavista vaihtoehdoista:

- Kilpa- ja huippu-urheilu
- Kunto- ja terveystoiminta
- Liikuntapalvelut
- Soveltavan liikunnan näkökulma ylläolevaan vaihtoehtoon

##### *Kilpa- ja huippu-urheilu (40 op)*

Kilpa- ja huippu-urheilun toimintaympäristön muodostavat kilpa- ja huippu-urheilua toteuttavat ja kehittävät toimijat lajiliitoissa, piiri- ja alueorganisaatioissa, seuroissa, urheilun keskusjärjestöissä sekä koulutus- ja valmennuskeskuksissa.

##### *Kunto- ja terveystoiminta (40 op)*

Kunto- ja terveystoiminnan toimintaympäristön muodostavat kunto- ja terveystoimintaa toteuttavat ja kehittävät toimijat yksityisellä, kunnallisella sekä kolmannella sektorilla.

##### *Liikuntapalvelut (40 op)*

Liikunta-alan palvelut sisältävät käyttäjälähtöisten liikuntapalveluiden ja liikuntamatkailun kehittämisen, tuotteistamisen ja kaupallistamisen yksityisen, kunnallisen sekä kolmannen sektorin toimintaympäristöissä.

##### *Soveltavan liikunnan näkökulma (10 + 30 op)*

Opiskelija suuntautuu joko kilpa- ja huippu-urheiluun, terveystoimintaan tai liikuntapalveluihin (10 op). Valitsemansa vaihtoehdon mukaista osaamista opiskelija syventää soveltavan liikunnan näkökulmaan kansainvälisessä EUPAPA opintokokonaisuudessa (30 op). EUDAPA opinnot toteutetaan pääosin Vierumäen kampuksella. Opintojen toteutuminen arvioidaan vuosittain.

## Vapaasti valittavat opinnot (20 op)

Opiskelija kerää vapaasti valittavat opintonsa oman mielenkiintonsa mukaisesti. Vapaasti valittavien opintojen tarkoitus on tukea tutkinnon tavoitteita. Vapaasti valittavia opintoja voi suorittaa Vierumäen kampuksen tarjonnasta, Haaga-Helian yhteisistä tai muiden yksiköiden opintotarjonnasta, muissa korkeakouluissa, erilaisista projekteista, koulutuksista ja seminaareista. Opinnot tulee aina hyväksyä etukäteen ennen niiden aloittamista.

## Opinnäytetyö (15 op)

Opinnäytetyö on opiskelijan tai opiskelijaryhmän tekemä, tutkivaan työöteeseen perustuva suunnittelu-, arviointi-, tutkimus- tai kehitystyö, jonka voi tehdä tutkimus- ja kehitysprojektissa. Opinnäytetyöprosessin tarkoituksena on kehittää opiskelijan kykyä ratkaista työelämässä kohdattavia ongelmia. Tutkivaa asennetta, tutkimuksellisia metodeja ja niiden soveltamista käytäntöön harjoitellaan tutkimus- ja kehitysprojekteissa, jotka liittyvät Vierumäen yksikön, Haaga-Helia ammattikorkeakoulun ja yhteistyökumppaneiden kanssa toteutettaviin hankkeisiin. Opinnäytetyö, työharjoittelut ja muihin opintoihin liittyvät pienemmät projektit muodostavat koko opintoja koossa pitävän loogisen kokonaisuuden, jota opiskelija ohjaa itsenäisesti työnohjaajansa tukemana. Prosessin avulla opiskelija syventää ammatillista osaamistaan sekä suunnittelu-, arviointi- ja viestintätaitojaan. Prosessissa opitaan verkostoitumista, tiedonhankintaa ja sen jatkuvaa soveltamista. Haaga-Helian yhteiset ohjeet opinnäytetyön tekemiseen ja sen arviointiin julkaistaan MyNetissä.

## Työharjoittelu (30 op)

Työharjoittelun tavoitteena on perehdyttää opiskelija ohjatusti alan keskeisiin käytännön työtehtäviin sekä tietojen ja taitojen soveltamiseen työelämässä. Harjoittelussa opiskelija verkostoituu alan toimijoihin ja saa kokonaisvaltaista kokemusta alalla työskentelystä sekä näkemystä alan ammattiosaamisvaatimuksista. Harjoittelu on aina tavoitteellista, jossa opiskelija reflektoi omaa ammatillista osaamistaan jatkuvan kehittämisen ja kehittymisen näkökulmasta.

## Opintojaksokuvaukset

<b>SLAMM11 Yhteiset perus- ja ammattiopinnot</b>	<b>75</b>
SLWOR1 Liikunta-alan työelämätaidot	15
SLPEDA Liikunnan pedagogiikka	15
SLLEA1 Johtaminen	15
SLMAR Palvelu, myynti ja yrittäjyys liikunta-alalla	15
SLTKI Tutkimus, kehittämis- ja innovaatio toiminta	15
<b>SLVAL Valinnaiset ammattiopinnot</b>	<b>70</b>
VAL4SL007 Liikunta-alan toimintaympäristöjen major opinnot	30



SUUNT Suuntautumisopinnot	40
<b>SLPLA Työharjoittelu</b>	<b>30</b>
<b>SLTHE Opinnäytetyö</b>	<b>15</b>
<b>SLVAP Vapaasti valittavat opinnot</b>	<b>20</b>

## Liikunta-alan työelämätaidot 15 op

### Liikunta-alan työelämätaidot 1

1	3	5
<p><b>Ammatillinen kasvu</b></p> <p>Opiskelija pohtii omia vahvuuksiaan ja ammatillista kehittymistään jäsentäen, reflektoiden ja dokumentoiden osaamistaan opinto-ohjaajan tukemana.</p>	<p>Opiskelijan ammatillisen kehittymisen jäsentäminen ja reflektointi kohdistuu oppimisen kannalta oleellisiin asioihin.</p>	<p>Opiskelija käyttää aktiivisesti tukenaan eri tahoja ammatillisen osaamisensa kehittämiseksi (asiantuntijat, työelämä ja opettajat).</p>
<p><b>Ryhmyttäminen ja ryhmäytyminen</b></p> <p>Opiskelija osaa suunnitella, toteuttaa ja arvioida ryhmäytymisprosessin omalle ryhmälleen.</p>	<p>Opiskelijat pystyvät hyödyntämään myös muiden ryhmien suunnitelmia, teoretietoa sekä palautetta oman ryhmäytymisprosessinsa kehittämisessä.</p>	<p>Opiskelijat hyödyntävät joitakin ryhmäytymisteorioita sekä asiantuntijoita ryhmäytymisprosessin suunnittelussa ja toteutuksessa.</p>
<p><b>Kirjallinen viestintä</b></p> <p>Tuotetut tekstit on asiallisesti tehty ja ne ovat ymmärrettävää suomen kieltä.</p> <p>Opiskelija dokumentoi tekemiään asioita sekä oppimistaan ymmärrettävästi ja säännöllisesti projektin aikana.</p> <p>Opiskelija käyttää tukenaan lähteitä.</p>	<p>Opiskelijan viestit tavoittavat kohderyhmän ja teksteissä huomioidaan vastaanottaja.</p> <p>Opiskelijan dokumentaatio projektissa on huolellista ja loogista.</p> <p>Opiskelija käyttää asiayhteyteen sopivia lähteitä.</p>	<p>Opiskelija vakuuttaa teksteillään kohderyhmän. Tekstit ovat ammattimaisia, virheettömiä ja ulkoasultaan viimeistelyjä.</p> <p>Opiskelijan dokumentoimat asiat on perusteltu uskottavasti lähteillä tai muilla argumenteilla.</p> <p>Opiskelija hyödyntää aktiivisesti ja omaaloitteisesti lähteitä oman oppimisensa edistämiseksi.</p>

<p><b>Vuorovaikutustaidot</b></p> <p>Opiskelija toimii vuorovaikutustilanteissa asioita edistävällä tavalla.</p> <p>Opiskelija osallistuu ryhmätyöskentelyyn ja hoitaa vastuullaan olevan viestinnän.</p>	<p>Opiskelija ilmaisee asiansa rakentavasti ja tarkoituksenmukaisesti.</p> <p>Opiskelija on aktiivinen vuorovaikutustilanteissa ja vie keskustelua eteenpäin asiaa edistäen.</p>	<p>Opiskelija pystyy tuomaan esille myös perusteltuja eriäviä mielipiteitä vakuuttavasti ja rakentavasti.</p> <p>Opiskelija kuuntelee aktiivisesti muiden näkökulmia, tekee johtopäätöksiä ja yhteenvetoa sekä edistää keskustelua tavoitteen suunnassa.</p>
<p><b>Tietotekninen osaaminen</b></p> <p>Opiskelija osaa soveltaa tietoteknisiä perusohjelmia (esim. word, exel, power point) opinnoissaan.</p> <p>Opiskelija osaa hyödyntää hallinnollisia ohjelmia (esim. winha) ja oppimisalustoja (esim. moodle) oppimisensa ja ammatillisen kasvun tukena sekä hyödyntää sosiaalista mediaa, verkkoviestintää ja tietotekniikkaa oppimisessa ja tiedon välittämisessä (esim. google drive).</p>		
<p><b>Englanti</b></p> <p>Opiskelija tulee ymmärretyksi ja selviytyy ennakoituissa tilanteissa. Hän on omaksunut jonkin verran eri toimintaympäristöjen yleissanastoa. Hän osaa lyhyesti esittää ja perustella mielipiteensä. Hän osaa pitää suppeahkoja puheita ja esityksiä sekä antaa lyhyesti palautetta. Äidinkielen rakenteet kuultavat läpi opiskelijan puheesta tai tekstistä. Lausuminen on haasteellista.</p>	<p>Opiskelija kommunikoi melko sujuvasti ja pärjää myös monissa ennakoimattomissa tilanteissa. Hän on omaksunut kohtalaisen paljon eri toimintaympäristöjen yleissanastoa. Opiskelija osaa esittää ja perustella mielipiteensä. Hän osaa pitää lyhyehköjä puheita ja esityksiä tilanteen ja kohderyhmän huomioon ottaen sekä osaa antaa palautetta. Äidinkielen rakenteet vaikuttavat toisinaan opiskelijan tekstiin tai puheeseen. Lausuminen on yleensä sujuvaa.</p>	<p>Opiskelija kommunikoi sujuvasti myös ennakoimattomissa tilanteissa. Hän on omaksunut erinomaisesti eri toiminta- ympäristöjen yleissanastoa. Opiskelija osaa esittää ja perustella mielipiteensä sujuvasti. Hän osaa pitää puheita ja esityksiä tilanteen ja kohderyhmän mukaan sovitulla tyylillä sekä osaa antaa palautetta monipuolisesti. Äidinkielen vaikutusta ei juurikaan ole havaittavissa opiskelijan tekstissä tai puheessa. Lausuminen on erinomaista.</p>

## Liikunta-alan työelämätaidot 2

1	3	5
<p><b>Ammatillinen kasvu</b></p> <p>Opiskelija tiedostaa alan työkentän työmahdollisuudet ja suuntaa opintovalintansa uraansa edistävällä tavalla. Opiskelijan ammatillisen kehittymisen (kokemuksien ja teorian) jäsentäminen ja reflektointi on dokumentoitua.</p>	<p>Ammatillisessa kehittämisessä hyödynnetään alan asiantuntijoita aktiivisesti ja kehittämisestä reflektoidaan ja dokumentoidaan säännöllisesti</p>	<p>Opiskelija verkostoituu aidosti uusiin, omaa uraansa edistäviin alan toimijoihin. Osaamisen kehittymisen reflektointi ja dokumentointi on säännöllisesti tapahtuvaa ja henkilökohtaisia tavoitteita tukevaa.</p>
<p><b>Viestintä ja vuorovaikutus työssä</b></p> <p>Opiskelija viestii asioista informatiivisesti ja totuudenmukaisesti.</p> <p>Opiskelija tiedostaa rakentavan vuorovaikutuksen periaatteita ja kykenee pääosin rakentavaan vuorovaikutukseen oman tiimin ja asiakkaiden kanssa, esimerkiksi neuvottelutaidot.</p>	<p>Opiskelija viestii asioista monipuolisesti tarkoituksenmukaisia kanavia käyttäen ja kohderyhmänsä huomioiden</p> <p>Opiskelija kykenee rakentavaan vuorovaikutukseen eri kohderyhmien kanssa ja pystyy pääosin ratkaisemaan myös muuttuvia tilanteita.</p>	<p>Opiskelijan viestintä sisältää perustelua kokonaisvaltaisen ymmärryksen saavuttamiseksi ja on tavoitteiden saavuttamista edistävää</p> <p>Opiskelija kykenee rakentavaan vuorovaikutukseen eri kohderyhmien kanssa. Opiskelija ratkaisee muuttuvia tilanteita vuorovaikutusta ja ilmapiiriä edistävällä tavalla.</p>
<p><b>Kestävä kehitys</b></p> <p>Opiskelija ymmärtää kestävä kehityksen keskeisiä periaatteita ja osaa suunnitella ja toteuttaa ekologisesti kestävä retken. hyv./hyl.</p>		
<p><b>Virkamiesruotsi (3 op)</b></p> <p>Opiskelija viestii käyttämällä yksinkertaisia sanontoja ja lauseita oman alansa rutiininomaisissa tehtävissä ja tilanteissa, esimerkiksi ohjaustuokiossa tai liikuntakeskuksen esittelyssä. Viestintä on tavallisesti hitaanlaista ja kuulijalta voidaan vaatia jonkin verran</p>	<p>Opiskelija tulee vähintään kohtalaisesti toimeen työhön ja vapaa-aikaan liittyvissä tilanteissa, esimerkiksi ohjaustuokiossa tai liikuntakeskuksen esittelyssä. Pystyy vaihtamaan ajatuksia ja esittämään mielipiteitä työhön liittyvistä asioista sekä aiheista, jotka ovat henkilökohtaisesti kiinnostavia.</p>	<p>Opiskelija pystyy ilmaisemaan itseään sujuvasti ja osallistumaan suulliseen keskusteluun itseään, alaansa ja vapaa-aikaansa liittyvissä tilanteissa. Osaa vetää ohjaustuokion sujuvasti ja pystyy myös antamaan lisäohjeita kommunikaatiotilanteen edetessä. Osaa esitellä</p>

<p>totuttelua ja ponnistelua puheen ymmärtämiseksi.</p> <p>Ruotsinkielisen materiaalin ymmärtäminen on haastavaa ja sen hyödyntäminen on työlästä.</p> <p>Pystyy tuottamaan lyhyitä, yksinkertaisia tekstejä, jotka liittyvät omaan alaan.</p> <p>Äidinkielen ja englannin rakenteet kuultavat usein läpi. Lausuminen ja rakenteet vaativat vielä harjoittelua.</p>	<p>Osaa hankkia ruotsinkielistä materiaalia, ymmärtää sitä ja pystyy hyödyntämään saatua tietoa ja sanastoa.</p> <p>Pystyy kirjoittamaan melko sujuvasti tekstejä, jotka liittyvät omaan alaan. Äidinkielen tai englannin rakenteiden vaikutus ei haittaa kommunikointia. Lausuminen on enimmäkseen hyvää ja keskeisimmät rakenteet ovat hallussa.</p>	<p>liikuntakeskusta käyttäen monipuolista kieltä.</p> <p>Opiskelija osaa hankkia ruotsinkielistä materiaalia ja hän pystyy sujuvasti hyödyntämään saatua tietoa ja sanastoa.</p> <p>Pystyy kirjoittamaan sujuvaa omaan alaan liittyvää tekstiä. Äidinkielen tai englannin rakenteiden vaikutus on tuskin huomattavissa. Lausuminen on varsin hyvää ja rakenteet ovat jo siirtyneet luontevasti puheen ja kirjoittamisen osaksi.</p>
---	--	---

## Liikunnan pedagogiikka 15 op

### Liikunnan pedagogiikka 1

1	3	5
Opiskelija osaa arvioida itseään oppijana.	Opiskelija osaa hyödyntää vahvimpia oppimistapojaan uusien tietojen ja taitojen oppimisessa.	Opiskelija osaa toimia ryhmässä toisten oppimista edistäen.
Opiskelija käyttää vuorovaikutustaitojaan myönteisesti ohjattaviensa hyväksi ja kuuntelee toisilta saamaansa palautetta.	Opiskelija käyttää rakentavan vuorovaikutuksen keskeisiä taitoja; aktiivista kuuntelua ja minäviestejä tilanteen vaatimalla tavalla	Opiskelija käyttää rakentavan vuorovaikutuksen keskeisiä taitoja; aktiivista kuuntelua, minäviestejä ja ongelmanratkaisua ilmapiirin kehittämiseksi oppimista tukevaksi
Opiskelija osaa suunnitella ja toteuttaa yksittäisen oppimistilanteen / ohjaustilanteen.	Opiskelija osaa suunnitella ja toteuttaa yksittäisen tavoitteellisen oppimistilanteen /ohjaustilanteen.	Opiskelija osaa suunnitella ja toteuttaa yksittäisen tavoitteellisen oppimistilanteen /ohjaustilanteen kohderyhmän tarpeet huomioiden.
Opiskelijan antama palaute on kannustavaa ja ilmapiiriä rakentavaa.	Opiskelija osaa antaa palautetta toiminnan tavoitteen suunnassa.	Opiskelija osaa antaa oppimista edistävää spesifiä ja yksilöllistä palautetta.

### Liikunnan pedagogiikka 2

1	3	5
<p><b>Oppijälähtöinen pedagogiikka</b></p> <p>Oppijälähtöinen liikunnanohjausorientaatio näkyy suunnittelussa, mutta käytännössä opiskelijan toiminta on ohjaajakeskeistä.</p>	<p>Oppijälähtöinen liikunnanohjausorientaatio näkyy toiminnassa ajoittain.</p>	<p>Hallitseva liikunnanohjausorientaatio on oppijälähtöinen</p>
<p>Opiskelija käyttää vuorovaikutteisia menetelmiä oppimistilanteen toteutuksessa.</p>	<p>Opiskelija käyttää oppimistilanteen toteutuksessa tavoitteellisesti erilaisia vuorovaikutteisia menetelmiä.</p>	<p>Opiskelija käyttää oppimistilanteen toteutuksessa tavoitteellisesti erilaisia vuorovaikutteisia menetelmiä ja osaa perustella valintojaan asiakkaan ja oppimisen näkökulmasta.</p>

Opiskelija tunnistaa liikunnanohjaajana työskennellessään toimintaansa/pedagogisiin ratkaisuihin vaikuttavia arvoja ja kokemuksia ja osaa vertailla ja jäsentää siihen vaikuttavia tekijöitä päivitettyyn tietoon peilaten (reflektio).

## Johtaminen 15 op

### Johtaminen 1

1	3	5
<p><b>Itsensä johtaminen</b></p> <p>Opiskelija osaa toimia sovittujen aikataulujen mukaisesti.</p>	<p>Opiskelija kykenee suhtautumaan muutoksiin positiivisen joustavasti.</p>	<p>Opiskelija kykenee toimimaan rakentavasti ja tavoitteen suuntaisesti muutoksia vaativissa tilanteissa.</p>
<p>Opiskelija osaa toimia johdettuna erilaisissa pienryhmissä, tiimeissä ja työelämäprojekteissa.</p>	<p>Opiskelijan oma tekeminen ja toiminta johdettuna on aktiivista.</p>	<p>Opiskelija työskentely on asiaan keskittyvää ja tavoitteita tukevaa.</p>
<p>Opiskelijan oma työskentely määräytyy lukujärjestyksen eli kalenterimerkintöjen mukaisesti.</p>	<p>Opiskelija ennakoi tulevia tilanteita melko hyvin sekä pystyy sopeutumaan muuttuviin tilanteisiin jossain määrin.</p>	<p>Opiskelija ennakoi tulevia tilanteita hyvin sekä pystyy sopeutumaan muuttuviin tilanteisiin tarkoituksenmukaisesti.</p>
<p><b>Projektin johtaminen</b></p>	<p>Opiskelija osaa suunnitella ja toteuttaa projektin kannalta tärkeitä asioita ja pystyy</p>	<p>Opiskelija osaa itseohjautuvasti yhdessä projektiryhmän ja</p>

Opiskelija ymmärtää projektin eri vaiheet ja tiedostaa, mitä milloinkin tulisi tehdä.	ohjaustukea saaden hoitamaan omat tehtävänsä alusta loppuun.	yhteistyötahon kanssa suunnitella ja toteuttaa aikataulutuksen ja työnjaon sekä johtaa projektia tai sen osa-aluetta suunnitelmansa mukaisesti ja tuloksellisesti.
---	--	--

## Johtaminen 2

1	3	5
Opiskelija tunnistaa erilaisia organisaatiomalleja ja osaa kuvata oman organisaationsa rakennetta.	Opiskelija osaa kuvata ja arvioida erilaisia organisaatiomalleja ja oman organisaationsa rakennetta.	Opiskelija osaa arvioida ja analysoida oman organisaationsa rakennetta ja esittää perusteltuja kehittämissuhteita organisaation toiminnan kehittämiseksi.
Opiskelija tunnistaa nykyaikaisen johtamisen piirteitä sekä osaa kuvata oleellisia johtamisen osa-alueita.	Opiskelija osaa kuvata nykyaikaisen johtamisen piirteitä sekä oleellisia johtamisen osa-alueita sekä arvioida oman organisaationsa toimintatapoja.	Opiskelija osaa arvioida kohdeorganisaation johtamisen käytänteitä ja tunnistaa organisaation johtamisen vahvuuksia ja kehittämiskohteita sekä antaa perusteltuja kehittämissuhteita.

## Palvelu, myynti ja yrittäjyys liikunta-alalla 15 op

### Palvelu, myynti ja yrittäjyys liikunta-alalla 1

1	3	5
Opiskelija osaa kuvata tuotteistamisen eri vaiheet.	Opiskelija osaa toteuttaa asiakaslähtöisen tuotteistamisprosessin.	Opiskelija osaa toteuttaa asiakaslähtöisen tuotteistamisprosessin, joka ylittää asiakkaan toiveet.

Opiskelija osaa laatia perustason markkinointisuunnitelman esim. liikuntatapahtumalle ja viedä sen käytäntöön	Opiskelija osaa käyttää markkinoinnin eri kanavia monipuolisesti.	Opiskelija osaa käyttää markkinoinnin eri kanavia tutkittuun tietoon perustuen ja toteuttaa ajantasaista markkinointia kohdennetusti.
Opiskelija osaa ohjatusti laatia liikuntapalvelulle tai tapahtumalle talousarvion	Opiskelija osaa laatia liikuntapalvelulle tai tapahtumalle tarkoituksenmukaisen talousarvion	Opiskelija osaa laatia liikuntapalveluille tai tapahtumalle tarkoituksenmukaisen talousarvion ja toteuttaa talouden seurannan.
Opiskelija osaa kerätä tapahtumasta asiakaspalautetta.	Opiskelija osaa analysoida kerätyn asiakaspalautteen ja tehdä siitä yhteenvedon.	Opiskelija osaa tehdä tarkoituksenmukaisia kehittämissuunnitelmia ja toimenpiteitä luotettavaan tietoon perustuen.

## Palvelu, myynti ja yrittäjyys liikunta-alalla 2

1	3	5
<p><b>Palvelun laatu</b></p> <p>Opiskelija osaa määrittellä liikuntapalvelun laatuun vaikuttavat tekijät.</p>	Opiskelija osaa arvioida liikuntapalvelun laatua.	Opiskelija osaa arvioida liikuntapalvelun laatua ja tehdä tarkoituksenmukaisia kehittämissuunnitelmia luotettavaan tietoon perustuen.
<p><b>Palvelun tuotteistaminen</b></p> <p>Opiskelija osaa tuotteistaa liikuntapalvelun</p> <p><b>TAI Viestintä</b></p> <p>Opiskelija osaa määrittellä mitä brändäyksen ja imagon käsitteillä tarkoitetaan.</p>	<p>Opiskelija osaa tutkittuun tietoon perustuen tuotteistaa liikuntapalvelun.</p> <p>Opiskelija osaa laatia laadukkaan brändäys- ja viestintäsuunnitelman.</p>	<p>Opiskelija osaa tuotteistaa tutkittuun tietoon perustuvan liikuntapalvelun, jolla on uutuusarvoa.</p> <p>Opiskelija osaa viedä brändäys- ja viestintäsuunnitelman käytäntöön. Opiskelija osaa käyttää markkinoinnin ja viestinnän useita eri kanavia tutkittuun tietoon perustuen.</p>

## Tutkimus, kehittämis- ja innovaatiotoiminta 15 op

### Tutkimus-, kehittämis- ja innovaatiotoiminta 1

1	3	5
---	---	---

Opiskelija käyttää tutkivaa ja kehittävää työtettä tuetusti.	Opiskelija osoittaa työskentelystään tutkivan ja kehittävän työotteen piirteitä.	Opiskelija osaa arvioida omaa tasoa ja toimintaa tutkivan ja kehittävän työotteen näkökulmasta.
Opiskelija osaa tuetusti etsiä tietoa joistakin lähteistä ja tietokannoista.	Opiskelija löytää tietoa keskeisimmistä lähteistä ja tietokannoista.	Opiskelija löytää tietoa useista eri lähteistä ja tietokannoista lähdekriittisesti.
Opiskelija raportoi osin opiskelutehtävät Haaga-Helian raportointiohjeen tai muiden sovittujen ohjeiden mukaisesti opettajan ohjaamana	Opiskelija raportoi opiskelutehtävät pääosin Haaga-Helian raportointiohjeen tai muiden sovittujen ohjeiden mukaisesti.	Opiskelija raportoi opiskelutehtävät Haaga-Helian raportointiohjeen tai muiden sovittujen ohjeiden mukaisesti.
Opiskelija osaa kuvata erilaisia empiirisiä aineistonkeruumenetelmiä ja niiden soveltuvuutta eri tarkoituksiin.	Opiskelija osaa kerätä empiirisiä aineistoja työelämäprojekteihin sopivilla menetelmillä.	Opiskelija osaa perustellen valita tarkoituksenmukaisia aineistonkeruumenetelmiä ja kerätä niillä aineistoja työelämän kehittämiseksi lisäarvoa tuottaen
Opiskelija analysoi keräämiään aineistoja ja tekee johtopäätöksiä tuetusti.	Opiskelija analysoi keräämiään aineistoja ja tekee johtopäätöksiä myös itseohjautuvasti.	Opiskelija analysoi keräämiään aineistoja ja tekee niistä sekä aiemmasta tiedosta johtopäätöksiä yhteistyötahon tarpeet huomioiden.

## Tutkimus-, kehittämis- ja innovaatiotoiminta 2

1	3	5
Opiskelija osaa kuvata laatuun ja luotettavuuteen vaikuttavia tekijöitä tutkivalla otteella tapahtuvassa työelämän kehittämisessä.  Opiskelija käyttää joitakin kehittämis- ja innovaatiomenetelmiä työelämän kehittämisprojektissa.	Opiskelija huomioi laatuun ja luotettavuuteen vaikuttavia tekijöitä tutkivalla otteella tapahtuvassa työelämän kehittämisessä.  Opiskelijan käyttämät kehittämis- ja innovaatiomenetelmät ovat työelämän kehittämisprojektin tavoitetta palvelevia.	Opiskelija ennakoii ja arvioi laatuun ja luotettavuuteen vaikuttavia tekijöitä tutkivalla otteella tapahtuvassa työelämän kehittämisessä ja tekee työelämän kannalta relevantteja ja kehittäviä johtopäätöksiä.  Opiskelija käyttää kehittämis- ja innovaatiomenetelmiä soveltaen niitä projektin tavoitetta ja kohderyhmää palveleviksi.



## VALINNAISET AMMATTIOPINNOT 70 op

### LIIKUNTA-ALAN TOIMINTAYMPÄRISTÖJEN MAJOR OPINNOT 30 op

#### Kilpa- ja huippu-urheilun major opinnot (15 op) OPS 2016

Urheilijälähtöinen Valmennus			
Laajuus	1-2	3	4-5
1 op <b>Valmennuksen filosofia</b>	Opiskelija osaa kuvata erilaisia valmennusfilosofioita.	Opiskelija luo oman toimintamallin valmennukseen	Opiskelijan valmennuksen toimintamalli tukee nuorten urheilijoiden kasvua ja kehitystä
2 op <b>Tavoitteiden asettelu</b>	Opiskelija erottaa toisistaan tulos-, suoritus- ja prosessitavoitteet.	Opiskelija toimii valmennustilanteissa pääosin prosessitavoitteita asettaen.	Opiskelija ohjaa urheilijaa prosessitavoitteiden asetteluun.
2 op <b>Urheilijälähtöinen valmennus (koettu pätevyys, autonomia, yhteenkuuluvuus)</b>	<p>Opiskelija antaa urheilijoille palautetta satunnaisesti ja perustelu on vähäistä.</p> <p>Opiskelija osaa kuvata itsearviointin ja itseohjautuvuuden peruskäsitteet ja perusteet.</p> <p>Opiskelija osaa kuvata yhteenkuuluvuuden rakentamisen peruselementtejä.</p>	<p>Opiskelija antaa jatkuvaa ja perusteltua palautetta tavoitteiden (minkä tavoitteiden? suoritus vai prosessi?) edistymisestä.</p> <p>Opiskelija tunnistaa urheilijoiden vahvuudet ja heikkoudet itsearvioinnissa ja itseohjautuvuudessa.</p> <p>Opiskelija osaa arvioida urheilijaryhmän yhteenkuuluvuuden haasteita ja onnistumisia.</p>	<p>Opiskelija pystyy määrittelemään keinoja urheilijan edelleen kehittämiseksi ja muokkaamaan suunnitelmia yksilön tarpeiden mukaan.</p> <p>Opiskelija ohjaa urheilijoita itse- ja vertaisarviointiin ja tukee urheilijoiden itseohjautuvuutta valmennustilanteissa.</p> <p>Opiskelija rakentaa valmennustilanteet niin, että ne tukevat urheilijoiden yhteenkuuluvuutta.</p>

4 op <b>Terve urheilija/Urheilijan elämäntilanne</b>	Opiskelija ymmärtää Terve urheilija - kokonaisuuden ja elämäntilanteiden merkityksen osana kokonaisvaltaista valmennusta.	Opiskelija ottaa huomioon terve urheilija - näkökulmat ja elämäntilanteiden toimituksessa urheilijoiden kanssa.	Opiskelija pystyy huomioimaan urheilijan yksilölliset terveyteen liittyvät tarpeet ja kehittämiskohteet valmennussuunnitelmassa ja -toteutuksessa sekä reagoimaan muuttuviin tilanteisiin valmennuksen aikana.
4 op <b>URHEILIJAN HARJOITTELU</b>			
<b>Vuorovaikutus</b>	Opiskelija käyttää vuorovaikutteisia menetelmiä valmennustilanteen toteutuksessa.	Opiskelija käyttää valmennustilanteen toteutuksessa tavoitteellisesti erilaisia vuorovaikutteisia menetelmiä.	Opiskelija käyttää valmennustilanteen toteutuksessa tavoitteellisesti erilaisia vuorovaikutteisia menetelmiä ja osaa perustella valintojaan urheilijan näkökulmasta.
<b>Valmentajan toiminta</b>	Opiskelija tietää valmentajan toiminnan keskeiset periaatteet	Opiskelija osaa määrittellä urheilijoille harjoituksen tavoitteet ja antaa olennaista ja ymmärrettävää palautetta urheilijoille	Opiskelijan tavoitteen määrittely on urheilijalähtöistä ja harjoituksen toteutuksen jälkeen käydään reflektio.
<b>Harjoittelun sisältö</b>	Harjoittelun sisältö, menetelmät kehittävät urheilijoita jossakin määrin.	Opiskelija ottaa sisällön toteutuksessa huomioon harjoitusolosuhteet ja toteutus on looginen ja järkevä. Urheilijan kehittymistä on havaittavissa.	Opiskelija huomioi harjoittelun sisällössä lajiansalyysin ja urheilijan yksilöllisyyden (eriyttäminen).

### **Työelämätaidot**

Opiskelija dokumentoi projektin asiallisesti. Dokumentointi antaa ammattimaisen kuvan toiminnasta.

Opiskelijan vuorovaikutus projektin aikana on kaikkien toimijoiden suuntaan aktiivista, rakentavaa ja

luottamusta herättävää.			
<b>Soveltavan liikunnan näkökulma</b>	Opiskelija tuntee vammaisurheilun käsitteen ja tietää joitakin sen toimijoita ja urheilijoita.	Opiskelija tietää tärkeimpiä vammaisurheilun toimijoita ja on tietoinen luokittelun keskeisistä perusteista.	Opiskelija tietää vammaisurheilun kotimaisia ja ulkomaisia toimijoita ja toimintajärjestelmiä sekä osaa luokittelun perusteet. Opiskelija tunnistaa urheilussa vallitsevan integraatiokehityksen
<b>Englanti</b>	Opiskelija on omaksunut jonkin verran eri toimintaympäristöjen erityissanastoa. Suullisen ja kirjallisen ilmaisun sanavarasto on kokonaisuudessaan suppeahko ja rakenteissa on englannille epätyypillisiä piirteitä.	Opiskelija on omaksunut kohtalaisen laajasti eri toimintaympäristöjen erityissanastoa. Suullisen ja kirjallisen ilmaisun sanavarasto on kokonaisuudessaan hyvä ja rakenteet ovat enimmäkseen englannille tyypillisiä.	Opiskelija on omaksunut laajasti eri toimintaympäristöjen erityissanastoa. Suullisen ja kirjallisen ilmaisun sanavarasto on kokonaisuudessaan erittäin hyvä ja rakenteet ovat englannille tyypillisiä

### Kunto- ja terveystuokunnan major opinnot (15 op) OPS 2016

1-2	3	4-5
<b>Kannattava hyvinvointipalvelu</b> Opiskelija osaa arvioida yksittäisen hyvinvointipalvelun tarvitseman työmäärän ja hinnoitella sen. <i>(hinnoittelutyökalua apuna käyttäen)</i>	Opiskelija osaa tuottaa hyvinvointipalvelun ja arvioida sen kannattavuutta.	Opiskelija osaa arvioida, toteuttaa ja perustella asiakaslähtöisesti kokonaisvaltaisen hyvinvointipalvelun.
<b>Vuorovaikutustaidot</b>		

<p>Opiskelija osaa määrittellä, miten asiakaskeskeinen vuorovaikutussuhde rakentuu, mutta opiskelijan omassa työskentelyssä painottuu ohjaajakeskeinen vuorovaikutus.</p> <p>Opiskelijan vuorovaikutuskäyttäytyminen on eettisesti kestäväällä pohjalla.</p>	<p>Opiskelija osaa rakentaa asiakkaan kanssa yhteisen tavoitteen/ asiakassuhteen asiakasta kuunnellen ja hänen lähtökohdistaan käsin. (osaa neuvotella ja esitellä erilaisia vaihtoehtoja)</p> <p>Vuorovaikutuskäyttäytyminen on toista kunnioittavaa ja arvostavaa.</p>	<p>Opiskelija <i>osaa</i> käyttää dialogitaitoja luottamuksellisen asiakassuhteen rakentamiseksi ja osaa vaikeissakin tilanteissa etsiä ratkaisua asiakasta kuunnellen.</p> <p>Opiskelija osaa arvioida ja ohjata omaa vuorovaikutuskäyttäytymistään tilanteen mukaan. Esim. opiskelija pystyy käyttämään monipuolisesti hyväkseen oppimiaan ensikohtaamisen työkaluja.</p>
--	--	---

**Digitaaliset työkalut**

Opiskelija on tutustunut monipuolisesti digitaalisten palvelujen tarjontaan ja pystyy valitsemaan kohderyhmälle sopivan mallin. Opiskelija osaa hyödyntää etäohjaustyökaluja asiakastyössään.

<p><b>Liikunta- ja hyvinvointikäyttäytymistä tukeva toiminta</b></p> <p>Opiskelija osaa testata ohjatusti asiakkaan kestävyys-, liikkuvuus-, koordinaatio- ja lihaskunnan ominaisuuksia.</p> <p>Opiskelija osaa suunnitella liikuntaohjelman, joka täyttää terveysliikunnan vaatimukset.</p>	<p>Opiskelija osaa testata asiakkaan kestävyys-, liikkuvuus-, koordinaatio- ja lihaskunnan ominaisuuksia asiakkaan tarpeen mukaan.</p> <p>Opiskelija osaa toteuttaa ja arvioida liikuntaohjelman vaikuttavuutta asiakkaan hyvinvoinnin kannalta.</p>	<p>Opiskelija osaa testata ja arvioida tulosten käytettävyyttä asiakkaan näkökulmasta ja lisäksi osaa hyödyntää tuloksia asiakkaan liikunnan laadun kehittämiseksi.</p> <p><i>“Opiskelija tekee itsestään tarpeettoman asiakkaalle”</i> Opiskelija työskentelee päämäärätietoisesti asiakkaan omaehtoista liikuntakäyttäytymisen muutosta tukien.</p>
--	--	---

<p>Opiskelija tietää ohjauksen ja ohjelmoinnin perustyökaluja ja käyttää niitä ohjatusti.</p>	<p>Opiskelija osaa käyttää itsenäisesti ja suunnitelmallisesti ohjauksen ja ohjelmoinnin perustyökaluja.</p>	<p>Opiskelija käyttää ohjauksen ja ohjelmoinnin perustyökaluja suunnitelmallisesti asiakkaan tarpeen mukaan ja osallistaa asiakkaansa arviointiin.</p>
<p><b>Teoriaa soveltava hyvinvointivalmentaja</b></p> <p>Opiskelija osaa etsiä valitsemastaan aihepiiristä luotettavaa pohjatietoa/ taustoittaa valitsemaansa aihepiiriä näyttöön perustuvalla tiedolla. Opiskelija osaa erottaa tutkitun tiedon kokemustiedosta.</p>	<p>Opiskelija osaa soveltaa näyttöön perustuvaa tietoa käytäntöön ja osaa kertoa, miten hän on sitä hyödyntänyt.</p>	<p>Opiskelija hyödyntää näyttöön perustuvaa vertailevaa tietoa käytännön toiminnan kehittämisessä ja analysoinnissa.</p>
<p><b>Englanti</b></p> <p>Opiskelija on omaksunut jonkin verran eri toimintaympäristöjen erityissanastoa. Suullisen ja kirjallisen ilmaisun sanavarasto on kokonaisuudessaan suppeahko ja rakenteissa on englannille epätyypillisiä piirteitä.</p>	<p>Opiskelija on omaksunut kohtalaisen laajasti eri toimintaympäristöjen erityissanastoa. Suullisen ja kirjallisen ilmaisun sanavarasto on kokonaisuudessaan hyvä ja rakenteet ovat enimmäkseen englannille tyypillisiä.</p>	<p>Opiskelija on omaksunut laajasti eri toimintaympäristöjen erityissanastoa. Suullisen ja kirjallisen ilmaisun sanavarasto on kokonaisuudessaan erittäin hyvä ja rakenteet ovat englannille tyypillisiä</p>
<p><b>Soveltava liikunta</b></p> <p>Opiskelija osaa ottaa huomioon liikunnan eri kohderyhmiin kuuluvien henkilöiden ominaisuuksia suunnitellessaan ja toteuttaessaan liikuntaa.</p>	<p>Opiskelija osaa (ja haluaa) järjestää liikuntaa erilaisille ihmisille myös yhdessä (integroidusti / inklusiivisesti) aina kun se on mahdollista ja järkevää.</p>	<p>Opiskelija pystyy luovuuden kautta tuomaan liikunnan soveltamiseen uusia ideoita ja toimintaelementtejä.</p>

## Liikuntapalvelujen major opinnot (15 op) OPS 2016

1-2	3	4-5
<b>Tapahtuman järjestäminen / Liikuntapalvelun kehittäminen</b>		
<p><b>Käyttäjälähtöisyys</b></p> <p>Opiskelija osaa määritellä käyttäjälähtöisyyden käsitteenä ja ymmärtää sen merkityksen tapahtuman eri vaiheissa.</p>	<p>Opiskelija osaa toimia käyttäjälähtöisesti tapahtuman eri vaiheissa.</p>	<p>Opiskelija osaa toteuttaa käyttäjälähtöisen tapahtuman ja ylittää asiakkaiden odotukset</p>
<p><b>Markkinointi</b></p> <p>Opiskelija osaa laatia kattavan markkinointi- ja tiedotussuunnitelman tapahtumalle.</p>	<p>Opiskelija osaa viedä markkinointi- ja tiedotussuunnitelman käytäntöön monipuolisesti eri kanavia hyödyntäen.</p>	<p>Opiskelija osaa seurata, mitata ja analysoida markkinoinnin vaikuttavuutta.</p>
<p><b>Talous</b></p> <p>Opiskelija osaa laatia tapahtumalle tarkoituksenmukaisen talousarvion.</p>	<p>Opiskelija osaa toteuttaa talouden seurannan.</p>	<p>Opiskelija osaa tehdä taloussuunnittelua ja analysoida tapahtuman kannattavuutta tunnuslukuja hyväksikäyttäen.</p>
<p><b>Lainsäädäntö</b></p> <p>Opiskelija osaa ottaa vallitsevan lainsäädännön (luvat, ilmoitukset, turvallisuus) huomioon tapahtuman suunnittelussa ja toteuttamisessa. (Hyv-Hyl)</p>		
<p><b>Esteettömyys</b></p> <p>Opiskelija osaa suunnitella tapahtuman sosiaalisen ja fyysisen esteettömyyden näkökulmat huomioiden. (Hyv-Hyl)</p>		
<p><b>Kestävä kehitys</b></p> <p>Opiskelija osaa huomioida kestävä kehityksen tapahtuman eri vaiheissa. (Hyv-Hyl).</p>		
<p><b>Palaute ja kehittäminen</b></p> <p>Opiskelija osaa kerätä tapahtumasta asiakaspalautetta useasta eri lähteestä.</p>	<p>Opiskelija osaa analysoida kerätyn asiakaspalautteen ja tehdä siitä yhteenvedon.</p>	<p>Opiskelija osaa tehdä tarkoituksenmukaisia kehittämis ehdotuksia luotettavaan tietoon perustuen.</p>

<p><b>Englanti</b></p> <p>Opiskelija on omaksunut jonkin verran eri toimintaympäristöjen erityissanastoa. Suullisen ja kirjallisen ilmaisun sanavarasto on kokonaisuudessaan suppeahko ja rakenteissa on englannille epätyypillisiä piirteitä.</p>	<p>Opiskelija on omaksunut kohtalaisen laajasti eri toimintaympäristöjen erityissanastoa. Suullisen ja kirjallisen ilmaisun sanavarasto on kokonaisuudessaan hyvä ja rakenteet ovat enimmäkseen englannille tyypillisiä.</p>	<p>Opiskelija on omaksunut laajasti eri toimintaympäristöjen erityissanastoa. Suullisen ja kirjallisen ilmaisun sanavarasto on kokonaisuudessaan erittäin hyvä ja rakenteet ovat englannille tyypillisiä</p>
--	--	--

## Opinnäytetyö

### Opinnäytetyö (15 op)

Opinnäytetyö on opiskelijan tai opiskelijaryhmän tekemä, tutkivaan työotteeseen perustuva suunnittelu-, arviointi-, tutkimus- tai kehitystyö, jonka voi tehdä tutkimus- ja kehitysprojektissa. Opinnäytetyöprosessin tarkoituksena on kehittää opiskelijan kykyä ratkaista työelämässä kohdattavia ongelmia. Tutkivaa asennetta, tutkimuksellisia metodeja ja niiden soveltamista käytäntöön harjoitellaan tutkimus- ja kehitysprojekteissa, jotka liittyvät Vierumäen yksikön, Haaga-Helia ammattikorkeakoulun ja yhteistyökumppaneiden kanssa toteutettaviin hankkeisiin. Opinnäytetyö, työharjoittelut ja muihin opintoihin liittyvät pienemmät projektit muodostavat koko opintoja koossa pitävän loogisen kokonaisuuden, jota opiskelija ohjaa itsenäisesti työnohjaajansa tukemana. Prosessin avulla opiskelija syventää ammatillista osaamistaan sekä suunnittelu-, arviointi- ja viestintätaitojaan. Prosessissa opitaan verkostoitumista, tiedonhankintaa ja sen jatkuvaa soveltamista. Haaga-Helian yhteiset ohjeet opinnäytetyön tekemiseen ja sen arviointiin julkaistaan MyNetissä.