**AMK-OPINTOTARJONTA**

*Ammattikorkeakouluopiskelija voi valita opintoja oman ammattikorkeakoulun opintotarjonnan lisäksi ympärivuotisesta* [*CampusOnline.fi*](http://campusonline.fi/) *-verkko-opintotarjonnasta.*

**Oman AMK:n tarjonta**

*Oman AMK:n tarjonta: Opintojakson sisältöön ja toteutukseen liittyvissä kysymyksissä tulee olla yhteydessä opintojaksosta vastaavaan opettajaan. Muissa opintoihin liittyvissä kysymyksissä voi lähestyä oman ammattikorkeakoulun tutoropettajaa / valmentajaa / opinto-ohjaajaa / tutoropiskelijaa tai muuta vastaavaa tahoa.*

Jokaisella ammattikorkeakoululla on oma lukuvuosikohtainen opintotarjonta, jota voi tarkastella ammattikorkeakoulun käytänteiden mukaan.

(linkki omaan tarjontaan/järjestelmään, jossa tarjonta on)

**CampusOnline.fi**

[CampusOnline.fi](http://campusonline.fi/) on Suomen ammattikorkeakoulujen yhteinen digitaalinen opintotarjonta -portaali. Opiskelija voi valita maksuttomasti opintojaksoja muista ammattikorkeakouluista ja sisällyttää kyseiset opinnot omaan tutkintoon.

Opintojaksot ovat maksuttomia ammattikorkeakoulujen tutkinto-opiskelijoille, vaihto-opiskelijoille ja avoimen AMK:n polkuopiskelijoille. Muut avoimen AMK:n kautta tulevat opiskelijat maksavat avoimen AMK:n mukaisen maksun opinnoistaan opintojakson tarjoavaan ammattikorkeakouluun.

**Ilmoittautuminen**

**Oman AMK:n opintojaksoille ilmoittautuminen:** Opintojaksoille ilmoittautuessa tulee noudattaa oman ammattikorkeakoulun käytänteitä. On tärkeää muistaa ilmoittautua läsnäolevaksi tutkinto-opiskelijaksi kuluvalle lukukaudelle/lukuvuodelle, mikäli aikoo suorittaa opintoja.

**CampusOnline.fi-opintojaksoille ilmoittautuminen:** CampusOnlinessa tarjolla olevien opintojaksojen tietojen yhteydessä on linkki, josta pääsee opintojakson tarjoavan ammattikorkeakoulun omille sivuille. Siellä on tarkemmat toteutustiedot ja ohjeet ilmoittautumisesta.

Lisätietoja ilmoittautumisesta saa opintojakson toteuttavalta ammattikorkeakoululta. Opintojakson sisältöön ja aikatauluun liittyvissä kysymyksissä tulee olla yhteydessä opintojaksosta vastaavaan opettajaan.

**Opiskeluohjeet**

**Oman AMK:n tarjonta:** Opintojakson sisältöön ja toteutukseen liittyvissä kysymyksissä tulee olla yhteydessä opintojaksosta vastaavaan opettajaan. Muissa opintoihin liittyvissä kysymyksissä voi lähestyä oman ammattikorkeakoulun tutoropettajaa / valmentajaa / opinto-ohjaajaa / tutoropiskelijaa tai muuta vastaavaa tahoa.

(Linkki ammattikorkeakoulun omaan järjestelmään, jossa on tarkempia ohjeistuksia opintojen suorittamisesta.)

**CampusOnline.fi:** Ensiksi kannattaa tutustua opintotarjontaan, ja perehtyä itseä kiinnostavien opintojaksojen sisältöihin; mihin tutkintorakenteen opintoihin ne sijoittuvat ja mitä lisäarvoa kyseiset opintojaksot tuovat tutkintoon. Ennen opintojaksoille ilmoittautumista on myös hyvä keskustella oman tutoropettajan/valmentajan kanssa opintojen hyväksilukemisesta omaan tutkintoon ja täydentää suunnitelma HOPSiin/HEKSiin.

Toisessa ammattikorkeakoulussa suoritetut opinnot tulee siirtää omaan ammattikorkeakouluun CampusOnline.fi-portaalissa annettujen [ohjeiden](http://campusonline.fi/suoritusmerkintojen-siirtyminen/) mukaisesti. Ammattikorkeakoulujen tutoropettaja, vastuuopettaja tai opintopäällikkö päättää hyväksiluvusta joko etukäteen tai opintojakson suorituksen jälkeen.

Nämä käytänteet on kuitenkin hyvä varmistaa omasta ammattikorkeakoulusta.

# **AMMATILLINEN KASVU**

|  |
| --- |
| *Ammatillinen kasvu on jokaisella opiskelijalla yksilöllisesti etenevä polku. Se sisältää 1) oman osaamisen tunnistamista, 2) työelämätaitoja ja 3) urasuunnittelua. Kun opiskelija tekee tavoitteiden mukaisia opintojaksovalintoja, verkostoituu ja arvioi kertynyttä osaamistaan opintojen aikana, etenee hän suunnitelmallisesti – joskus kokeillenkin - ja pääsee asettamiinsa päämääriin.*  |

|  |
| --- |
| **Urasuunnittelu***Urasuunnittelu mahdollistaa tavoitteellisen etenemisen opinnoissa. Opiskelija kykenee tekemään tulevaisuutensa kannalta mielekkäitä opintovalintoja ja luo yhteyksiä työelämään niin, että valmistuttuaan hänellä on hyvä mahdollisuus työllistyä osaamistaan ja kiinnostuksen kohteita vastaaviin työtehtäviin.* |

**Mitä urasuunnittelu on?**

Urasuunnittelu tukee siirtymistä opinnoista työelämään ja auttaa hakeutumaan myöhemmin mahdollisiin jatkokoulutuksiin. Urasuunnittelun avulla opiskelija etenee opinnoissa tavoitteellisesti, tehden tulevaisuuden kannalta mielekkäitä opintoihin liittyviä valintoja ja luomalla yhteyksiä työelämään niin, että valmistuttuaan hän voi työllistyä osaamistaan ja kiinnostuksen kohteita vastaaviin työtehtäviin.

Urasuunnittelutaitojen avulla kyetään tunnistamaan potentiaaliset työllistymisnäkymät ja ennakoimaan vaadittavat työelämän osaamistarpeet. Uraohjauksella tuetaan myös urasuunnittelutaitojen kehittymistä, jotta voidaan tehdä tarkoituksenmukaisia elinikäistä oppimista tukevia koulutus- ja ammattiuran valintoja amk-tutkinnon jälkeen, läpi koko työuran.

**Miksi urasuunnittelu on tärkeää opintopolulla?**

Ammattikorkeakoulutuksen aikana opitaan tunnistamaan osaamista ja tehdään yksilöllisiä opintoja koskevia valintoja opetussuunnitelman puitteissa. Opettajatutor tai vastaava lähiohjaaja tukee opiskelijaa osaamisen tunnistamisessa sekä auttaa pohtimaan ja perustelemaan opintoihin ja uraan liittyviä valintoja.

Urasuunnittelusta on hyötyä oman osaamisen kuvaamisessa sekä ammatillista tulevaisuutta tukevien potentiaalisten työtehtävien löytämisessä. Urasuunnittelun ja saadun uraohjauksen myötä pystyy myös valmistautumaan yllättäviin muutoksiin, joita työelämässä tulee vastaan. Se taas auttaa työelämässä tapahtuvien, nopeidenkin, muutoksien ennakoinnissa ja hallitsemisessa.

Alle on koottu erilaisia sähköisiä välineitä ja verkkosivuja, joiden avulla urasuunnittelutaitoja voi kehittää ja tuoda kertynyttä osaamista esille.

* Erilaiset blogi- ja portfolioalustat (esim. *Kyvyt.fi*) ja vastaavat markkinoilla olevat tai ammattikorkeakoulun tarjoamat alustat, jotka mahdollistavat osaamisen esittämisen omannäköisellä tavalla.
* Visuaaliset osaamismerkit (Open badge) ja sovellukset (esim. *Slice*) mahdollistavat myös osaamisen esille tuonnin. Käyttäjällä on mahdollisuus hallinnoida ja antaa vierailu- tai lukuoikeus haluamilleen henkilöille.
* Yhteisölliset vertaisverkostot (esim. *LinkedIn)*, joissa voi tuoda omaa osaamista esille työnhaun ja ammatillisen verkostojen kehittämisen ja ylläpitämisen näkökulmasta.
* Myös erilaiset verkkosivut alan kehitysnäkymistä ja kilpailutilanteesta, työhön sijoittumisseurannasta sekä osaamistarpeista palvelevat opiskelijaa.
Niitä ovat:
	+ [www.foreammatti.fi](http://www.foreammatti.fi)
	+ [www.toissa.fi](http://www.toissa.fi)
	+ [www.ammattinetti.fi](http://www.ammattinetti.fi)
	+ [www.tulevaisuusohjaus.fi](http://www.tulevaisuusohjaus.fi)
	+ [www.getalife.fi](http://www.getalife.fi)
	+ [www.koukkuun.fi](http://www.koukkuun.fi)
	+ globaali uraohjauspalvelu [Pivot](https://www.pivotplanet.com/)
	+ sekä alueelliset, valtakunnalliset sekä globaalit ennakointiraportit ja selvitykset kuten [OPH:n osaamistarveraporit](https://www.oph.fi/tietopalvelut/ennakointi/koulutus_ja_osaamistarpeiden_ennakointi), [Sitran trendilistat](https://www.sitra.fi/aiheet/megatrendit/) sekä [kansallisen ennakointiverkoston tulevaisuuskuvat](http://foresight.fi/kev-tulevaisuuskuvat/)

Seuraaviin kysymyksiin vastaamalla pystyy hahmottamaan selkeämmin omaa ammatillista kehittymistä ja urasuunnitelmaa:

* Mitkä olivat lähtökohtasi hakeutua opiskelemaan valitsemallesi alalle / tutkintoon?
* Millaiset työtehtävät motivoivat sinua nyt ja tulevaisuudessa? Miksi? Missä ne sijaitsevat?
* Millaisena koulutustasi vastaava ala näyttää nyt ja tulevaisuudessa? Miten esimerkiksi teknologian kehitys, digitalisaatio, asiakkaiden tarpeet, kulutus-/ostotottumusten muutokset, globalisaatio, väestörakenteen muutokset jne. muuntavat alaasi? Miten alasi kehittymistä ja tulevaisuudennäkymiä olisi hyvä seurata?
* Mitä eri mahdollisuuksia sinulla on löytää töitä ja edetä uralla valitsemallasi alalla?
* Millaista osaamista, ominaisuuksia ja taitoja nämä tehtävät edellyttävät sinulta?
* Mitä osaamista AMK-tutkinnon kautta kyetään tunnistamaan? Mitä osaamista sinulle on kertynyt palkkatyön ja harrastusten, vaikuttamistyön yms. kautta suhteessa osaamistarpeisiisi? Miten voit konkretisoida, kiteyttää ja perustella jo kertynyttä sekä työtehtävissä vaadittavaa osaamistasi?
* Miten konkreettisesti voit hankkia tarvittavaa osaamista vielä osana AMK-tutkintoasi? Mitä kiinnostavaa oma ammattikorkeakoulusi tarjoaa? Entä muiden ammattikorkeakoulujen tarjonta (Campusonline.fi) tai korkea-asteen yhteinen tarjonta ja/tai tarjolla olevat MOOCit?
* Millaisia jatko- ja täydennyskoulutusmahdollisuuksia tunnistat AMK-tutkinnon jälkeen? Miten ne vaikuttavat urakehitykseesi?
* Millä tavoin kansainvälisyys tai yrittäjyysvalmiuksien kehittäminen voivat tukea urasuunnitelmiasi osana opintojasi? Millaisia mahdollisuuksia näiden suhteen ammattikorkeakoulu tarjoaa sinulle?
* Mitkä tahot ja henkilöt voivat olla kiinnostuneita kertyneestä osaamisestasi? Mistä löydät heidät? Miten on perusteltua verkostoitua, ylläpitää verkostoja, tuoda osaamista, taitoja, kiinnostuksen kohteita ja asennetta julki heille?

|  |
| --- |
| **Työelämätaidot***Työelämätaidot koostuvat ammattiin liittyvästä tiedollisesta ja taidollisesta osaamisesta. Hyvät työelämätaidot auttavat kehittymään alan asiantuntijaksi sekä myös toimimaan moninaisissa, erilaisissa kansallisissa ja kansainvälisissä ympäristöissä ja verkostoissa. Jokaisen toiminta lisää vastuullisuutta ja viihtyvyyttä opiskelu-/työympäristössä ja osallistaa jokaisen opiskelu-/työyhteisön kehittämiseen ja kehittymiseen.* |

**Mitä työelämätaidot ovat?**

Työelämätaidot koostuvat ammattiin liittyvästä tiedollisesta ja taidollisesta osaamisesta. Työelämä on muuttunut pitkäaikaisista, vuosikymmeniä kestäneistä työurista moninaisempaan suuntaan: työpaikat vaihtuvat useammin ja tehtäväkuvat muuttuvat herkemmin. Työ ja koulutus vuorottelevat sekä oppiminen on mukana läpi elämän. Etätyö on lisääntynyt ja verkkopalaverit ovat arkipäivää. Robotiikka sekä tekoälyn kehittyminen muokkaavat omalta osaltaan työn luonnetta. Tulevaisuuden työelämätaitoina voidaankin pitää muutosjoustavuutta sekä kykyä oppia pois totutuista tavoista ja ottaa käyttöön uusia teknologioita. Kriittisen ajattelun taito auttaa tekemään sopivia valintoja.

(Lähde: Eväitä työelämään. Kuusi tapaa lisätä korkeakouluopiskelijoiden työelämävalmiuksia. (toim. Arola M.) 2017. Sitra. Sitran selvityksiä 123. <https://media.sitra.fi/2017/06/05104025/Selvityksia123.pdf>)

Edellä kuvattujen lisäksi tärkeitä työelämätaitoja ovat myös yhteistyötaidot, työhyvinvoinnista huolehtiminen, jatkuva kehittyminen ja jokaisen työntekijän vastuu työpaikan ilmapiiristä. Ammattikorkeakoulujen yleiset työelämätaidot ovat [oppimisen taidot, eettinen osaaminen työyhteisöosaaminen, innovaatio-osaaminen ja kansainvälisyysosaaminen](https://kareliauas-my.sharepoint.com/%3Aw%3A/g/personal/kukkasniemis_karelia_fi/EfU2b4O8fIxLl1saLeoDL8MBHCfSkpYuMDGpbUbaukbdnA?e=HTNZQO).

Lähde työelämätaidoille on tässä: ARENE. 2010. Suositus tutkintojen Kansallisen viitekehyksen (NQF) ja tutkintojen yhteisten kompetenssien soveltamisesta ammattikorkeakouluissa. (2010) <http://www.arene.fi/wp-content/uploads/Raportit/2018/arene_nqf.pdf>

**Miksi työelämätaidot ovat tärkeitä opiskelijan opintopolulla?**

Hyviä työelämätaitoja kannattaa hyödyntää ja kehittää kaikissa tilanteissa. Ne auttavat kehittymään oman alan asiantuntijaksi, mutta myös toimimaan moninaisissa, erilaisissa kansallisissa ja kansainvälisissä ympäristöissä ja verkostoissa. Jokaisen toiminta lisää vastuullisuutta ja viihtyvyyttä työympäristössä ja osallistaa jokaisen työyhteisön kehittämiseen ja kehittymiseen.

Työelämätaitoja tarvitaan jo opiskeluaikana, kun tehdään opintosuunnitelmaa ja niihin liittyviä valintoja sekä asetetaan tavoitteita. Tavoitteisiin pääseminen vaatii itseohjautuvuutta ja aikataulujen suunnittelua. Kaikkea ei voida tehdä yksin, vaan opintojen varrella pääsee opiskelemaan erilaisissa tiimeissä ja ryhmissä erilaisten ihmisten kanssa. Opintojen aikana voi myös valita opintoja toisista ammattikorkeakouluista ja opiskella verkon välityksellä. Tällöin etätyöskentely ja verkkopalaverit tulevat tutuksi jo opintojen aikana.

Monipuoliset työelämäyhteydet kuuluvat korkeakouluopintoihin ja erilaisia verkostoitumismahdollisuuksia on tarjolla. Usein nämä kuitenkin vaativat aktiivisuutta ja oma-aloitteisuutta, jotta huomaa tarttua itselle hyödyllisiin ja sopiviin tilaisuuksiin.

Ympäristöjä, joissa voi kehittää työelämätaitoja opintojen aikana:

* Moodle ja Optima ovat esimerkkejä verkko-oppimisympäristöistä
* Skype, Adobe Connect, Zoom, Discort ovat esimerkkejä neuvotteluvälineistä, joiden avulla onnistuvat etänä tapahtuvat ohjaustapaamiset sekä tiimipalaverit
* OneDrive, GoogleDrive ovat esimerkkejä yhteisöllisestä sisällöntuottamisesta ja

 – jakamisesta

Pohdintakysymyksiä:

* Mitä työelämätaitoja minulla jo on?
* Mitä työelämätaitoja minun olisi hyvä kehittää?
* Miten voin kehittää työelämätaitojani?



|  |
| --- |
| **Oman osaamisen tunnistaminen** *Oman osaamisen tunnistaminen on tietoista ajattelutyötä, jossa abstrakti osaaminen sanallistetaan tai visualisoidaan. Oman osaamisen esilletuominen niin kirjallisesti, suullisesti kuin visuaalisesti on tärkeä taito: digitaalinen portfolio tai cv-ansioluettelo on näyteikkuna omaan osaamiseen ja kertoo itsestä oleellisia asioita verkostoille ja mahdollisille työnantajille.*  |

##

**Mitä oman osaamisen tunnistamisella tarkoitetaan?**

Oman osaamisen tunnistaminen on tietoista ajattelutyötä, jossa abstrakti osaaminen sanallistetaan tai visualisoidaan. Osaamisella tarkoitetaan taitoja, tietoja ja kokemuksia, joita on kertynyt niin opintojen kuin harrastusten, luottamustehtävien ja työelämän kautta. Omaa osaamista voi tietoisesti kehittää haluamaan suuntaan.

**Miten osaaminen tuodaan esille?**

Oman osaamisen esilletuominen niin kirjallisesti, suullisesti kuin visuaalisesti on tärkeä taito: julkinen portfolio tai CV-ansioluettelo on näyteikkuna osaamisesta ja kertoo oleellisia asioita verkostolle ja mahdollisille työnantajille. Oman, yksilöllisen, osaamiskombinaation näyttäminen ja kertominen havainnollisella tavalla perustelee ja tekee todeksi osaamisen. Osaamisen näyttäminen sosiaalisessa mediassa ja hyvin valituissa digitaalisissa kanavissa antaa ammattimaisen kuvan itsestä. Video-CV tuo esille niin persoonaa, taitoja kuin kykyjä. Hissipuheessa kiteytetään oma osaaminen noin minuutin kestoiseen napakkaan puheeseen.

Kannattaakin kerätä kuvamateriaalia, projektiraportteja, lausuntoja, palautteita, videoesityksiä ja muita materiaaleja omalle digialustalle (esimerkiksi OneDrive tai GoogleDrive) ja valikoida julkiseen portfolioon ajantasaiset ja onnistuneimmat näytteet.

Sopivia digikanavia oman osaamisen näyttämiseen:

* LinkedIn – sopii kaikille toimialoille ja toimii digitaalisena CV:nä
* bloggaamalla voi näyttää omaa asiantuntemustaan ja esitellä ajatuksiaan omista kiinnostuksen kohteista
* Behance - on erityisesti luovien toimijoiden portfolioyhteisö
* Wix.com, Portfoliobox.net, Crevado.com, Squarespace, About.me, Flavours.me, Branded.me, Strikingly jne. tarjoavat työkalun, jonka avulla voi tehdä oman esittelysivun tai verkkoportfolion
* Vizualize.me-työkalun avulla voi tehdä LinkedIn-profiilin tiedoista infografiikkaa
* Padlet-alustaa, Preziä ja Pinterestiä voi hyödyntää omien työnäytteiden esittelyssä valikoimalla sinne parhaita paloja (tekstejä, kuvia, videoita ja äänitiedostoja) omasta osaamisesta

**Miten osaamista tunnistetaan?**

Oman osaamisen tunnistamiseksi kannattaa tehdä kokeilevalla asenteella eri asioita unohtamatta reflektointia. Osallistumalla esimerkiksi erilaisiin projekteihin ja menemällä harjoitteluun, voi kokeilla erilaisia rooleja ja tehtäviä. Näin huomaa, missä asioissa erityisesti haluaa kehittää osaamista. Omaa osaamista reflektoidessa kannattaa hyödyntää esimerkiksi tätä mind map-sivustoa: <http://www.tyollisyysportti.fi/tampere/tukityo/apuvalineita-oman-osaamisen-tunn/>

Huomioithan, että osaaminen ei ole vain ammattiaineiden ja -tekniikoiden hallintaa, vaan se koostuu myös vuorovaikutustaidoista, digi-taidoista, verkostoitumisen taidoista ja kyvyistä toimia kansainvälisissä ympäristöissä.

## **Oman osaamisen tunnistaminen -harjoitus – miten voit kartoittaa osaamistasi?**

CV:n laatimisessa tai urapolun seuraavia tavoitteita asettaessa voi harjoitella oman osaamisen tunnistamista ohjaajan kanssa tai itsenäisesti työskennellen. Läpikäydessä keskeisiä tehtäviä tällä tarkastelulla alkaa hahmottua laajempi kuva, millaiset asiat toistuvat (vahvuudet, osaamisen eri puolet, kehittämiskohteet). Tarkastelun tuloksia voi hyödyntää urasuunnittelussa, kun pyrkii tunnistamaan, millaista työkokemusta tai opintoja tarvitsee päästäkseen seuraavaan vaiheeseen – matkalla kohti tulevaisuuden uratavoitetta.

**Tehtävänanto**

Valitse nykyisestä elämäntilanteestasi (esim. opintoihisi liittyvä projekti, työharjoitteluun tai työhösi liittyvä tehtävä) joitakin mielestäsi keskeisiä tehtäviä. Aluksi voit aloittaa 2-3 teemalla, ja kun olet päässyt hieman eteenpäin, voit laajentaa tunnistamisharjoitusta useampaan tehtävään. Voit hyödyntää esim. Padlet -työkalua, jossa voit helposti luokitella ja muokata tuottamaasi tekstiä. Kirjaa valitsemasi tehtävän osalta:

* tavoitteet
* henkilökohtaiset vastuut, tiimin vastuut
* arvio, miten olet onnistunut tehtävän tekemisessä suhteessa tavoitteisiin. Tässä voit hyödyntää saamaasi palautetta (työkaverit, esimies, muut sidosryhmät). Mikäli työskentelit tiimissä, arvioi myös onnistumisesi tiimin jäsenenä (mm. sosiaaliset taitosi, oma panoksesi ryhmätyöhön, yhteinen työstäminen)
* mitä osaamista olet tarvinnut valitsemassasi tehtävässä. Kiinnitä huomiota seuraaviin asioihin: 1. mitä vahvuuksiasi hyödynsit, 2. mitä uutta osaamista sinulle kehittyi 3. mitä uusia vahvuuksia itsessäsi tunnistit ja 4. missä haluat vielä kehittyä.

Harjoituksen myötä esiin nousevia osaamisia ja vahvuuksia voit korostaa esim. LinkedIn –profiilissasi. 

Lähde: Sirja Kulmala –Portman, SEFE 31.10.2013

**DIGIKYVYKKYYS**

*Ammattikorkeakouluopinnoissa oppiminen siirtyy yhä enemmän verkkoon ja verkostoihin. Entistä enemmän on päivä- ja monimuoto-opiskelun rinnalla koulutusmalleja, joissa ei ole lainkaan kampusopiskelua vaan opiskelu tapahtuu jopa kokonaan verkkoympäristössä ja työelämäkonteksteissa ubiikin oppimisen periaatteella. Ubiikki tarkoittaa**kaikkialla läsnä olevan tietotekniikkaa, ja tällaisessa ympäristössä oppiminen edellyttää opiskelijalta digikyvykkyyttä.*

*Kyvykkyys tarkoittaa kykyä toimia tarkoituksenmukaisella tavalla ja hyödyntää osaamistaan. Korkeakouluopiskelijan digikyvykkyys voidaan jakaa esimerkiksi kuuteen osaamista kuvaavaan osa-alueeseen:*

* *online-opiskelu ja -oppiminen*
* *digioppimisessa tarvittavat välineet ja teknologiat*
* *verkkoidentiteetti ja hyvinvointi*
* *viestintä ja yhteistyö*
* *tiedon hankinta, käyttö ja tuottaminen*
* *sisällöntuotanto*

*Kansainvälisiä digikyvykkyystyökaluja ovat mm.* [*www.allaboardhe.ie*](http://www.allaboardhe.ie) *ja* [*https://europass.cedefop.europa.eu/fi/resources/digital-competences*](https://europass.cedefop.europa.eu/fi/resources/digital-competences)

**Digistarttipaketti**

Digistarttipaketti ajoittuu opintojen alkuun ja on osa ammattikorkeakoulun Orientation Services -kokonaisuutta. Sen tavoitteena on vahvistaa opiskelijan digikyvykkyyttä, sujuvoittaa opiskelun alkua, tutustuttaa ammattikorkeakoulun valitsemiin sähköisiin ympäristöihin ja auttaa ryhmäytymisessä. Eri ammattikorkeakoulujen digistarttipaketeissa tavoitteet painottuvat hiukan eri tavoin ja kukin korkeakoulu on nimennyt starttipaketin haluamallaan tavalla. Digistarttipaketti ei ole vielä käytössä kaikissa ammattikorkeakouluissa.

(Linkki oman amkin starttipakettiin, jos sellainen on)

**Digiympäristöt**

Ammattikorkeakouluopiskelussa käytettäviä digiympäristöjä ovat mm. oppimisalusta, opiskelijahallintojärjestelmä (sisältää mm. opintorekisterin), Office 365 -palvelu, sähköposti ja sosiaalisen median ympäristöt. Digistarttipaketti tutustuttaa oman korkeakoulun digiympäristöjen kokonaisuuteen ja opastaa hyödyntämään niitä tehokkaasti osana opiskelua.



**Oppimisanalytiikka**

Kun opiskelija käy tai työskentelee korkeakoulunsa valitsemissa sähköisissä ympäristöissä, toiminnasta kertyy dataa. Oppimisanalytiikka hyödyntää tätä oppimisprosessissa syntyvää dataa opetuksen ja ohjauksen kehittämiseksi sekä oppimisen tueksi.

Oppimisanalytiikka opiskelijan näkökulmasta <https://www.youtube.com/watch?embed=no&v=9MEavXkVOOA&feature=youtu.be>



**OPISKELU AMMATTIKORKEAKOULUSSA**

Ammattikorkeakouluopiskelun ydin on työelämäläheisyys. Projektit, työharjoittelu ja yhteisöllinen oppiminen ovat opintojen keskiössä.

Ammattikorkeakoulututkinnon jälkeen on mahdollista hakea opiskelijaksi ylempään ammattikorkeakouluun, joka vastaa yliopiston maisterin tutkintoa. YAMK-opiskelijaksi on oikeutettu hakemaan, kun on tutkinnon suorittamisen jälkeen saanut kerrytettyä vähintään kolmen vuoden työkokemuksen alalta.

Ammattikorkeakoulut järjestävät myös erikoistumiskouluksia, tutkintojen osia sisältävää koulutusta avoimena ammattikorkeakouluopetuksena tai muutoin erillisinä opintoina sekä täydennyskoulutusta.

* [Lisätietoja korkeakoulutuksesta](http://minedu.fi/korkeakoulutus)
* [Mitä AMK:ssa voi opiskella](https://opintopolku.fi/wp/ammattikorkeakoulu/mita-amkssa-voi-opiskella/)
* Ammattikorkeakoulujen yhteinen verkko-opintotarjonta: [campusonline.fi](http://campusonline.fi)
* Opiskelijoiden tarinoita (Videot)
* [Kohti menestystarinaa](https://youtu.be/sjCgzRpR7tI)
* [Linkki oman ammattikorkeakoulun ohjeisiin](http://www.oamk.fi/opinto-opas/opiskelu-oamkissa)

**Opiskelijajärjestöt**

Opiskelijakunta toimii opiskelijoiden edunvalvojana, tukee opiskelijoiden hyvinvointia opiskelujen aikana sekä osaltaan vaikuttaa opintojen sujuvuuteen. Lisäksi opiskelijakunta pitää huolta tasa-arvoisen kohtelun täyttymisestä oppilaitoksissa.

Ammattikorkeakoulujen opiskelijakuntien kattojärjestönä toimii Suomen ammattikorkeakouluopiskelijakuntien liitto - SAMOK ry.

* [Opiskelijajärjestöt](https://www.opiskelupaikka.fi/Opiskelijaelama/Opiskeluelama/Opiskelijajarjestot)

**Opintojen ohjaus**

Opintojen ohjauksen tavoitteena on tukea ja auttaa opiskelijaa suorittamaan ammattikorkeakoulututkinto tavoiteajassa.

Opintojen ohjauksen kolme keskeisintä osa-aluetta ovat oppimisen ja opiskelun ohjaus, urasuunnittelun ja ammatillisen kasvun ohjaus sekä persoonallisen kasvun ja hyvinvoinnin tukeminen.

(Lähde: <http://www.oamk.fi/opinto-opas/opiskelu-oamkissa/ohjaus-ja-opiskelijapalvelut>)



* Opiskelijoiden tarinoita (Videota)
* [Linkki oman ammattikorkeakoulun ohjaustoimijoihin](http://www.oamk.fi/opinto-opas/ohjausta-ja-neuvontaa)

**Kv-opinnot**

Tutkintoon johtavan koulutuksen opiskelijoiden on mahdollista suorittaa osia tutkinnostaan ulkomailla.

Kokemus muiden maiden työkulttuureista ja -tavoista vahvistaa omaa ammatillista osaamista ja siten valmistaa työelämään. Mahdollisuuksia on monia, esimerkiksi opiskelija- tai harjoittelijavaihtoja, intensiivikursseja, opintomatkoja ja erilaisia kansainvälisiä hankkeita.

* Opiskelijoiden tarinoita (Videot)
* [Linkki oman ammattikorkeakoulun ohjeisiin](http://www.oamk.fi/opinto-opas/opiskelu-oamkissa/kansainvaliset-opiskelu-ja-harjoittelumahdollisuudet)

**Ilmoittautuminen läsnä-/poissaolevaksi**

Opiskeluoikeusaikana on ilmoittauduttava lukuvuosittain läsnä- tai poissaolevaksi, jotta voi säilyttää oman opiskeluoikeuden. Ilmoittautumisvelvollisuus koskee kaikkia tutkintoon johtavassa koulutuksessa olevia sekä aloittavia että jatkavia opiskelijoita.

Ennen lukuvuotta **1.8.2015-31.7.2016** opiskelupaikan vastaanottaneet voivat ilmoittautua poissaolevaksi neljän lukukauden ajaksi ilmoittamatta erillistä syytä.

**1.8.2015** alkaneesta lukuvuodesta lähtien opiskelupaikan vastaanottaneet voivat ilmoittautua poissaolevaksi opintojen aloituksen yhteydessä vain lakisääteisestä syystä. Lakisääteisiä syitä ovat asevelvollisuuslain (1438/2007), siviilipalveluslain (1446/2007) tai naisten vapaaehtoisesta asepalveluksesta annetun lain (194/1995) mukainen palvelu, äitiys-, isyys- tai vanhempainvapaa, oman sairaus tai vamma, jonka vuoksi on kykenemätön aloittamaan opintojaan.

Omaehtoinen poissaolo ilman erillistä syytä opintojen kuluessa on mahdollista kahden lukukauden ajaksi.

* Linkki oman ammattikorkeakoulun ohjeisiin

**Opintopalvelut**

Opiskelijapalvelut ohjaavat ja neuvovat muun muassa opiskeluoikeuteen, opintotukeen, vakuutuksiin ja valmistumiseen liittyvissä asioissa. Opiskelijapalveluista saa erilaisia asiakirjoja, kuten opiskelutodistuksen, opintosuoritusotteen, ateriatukikortin ja VR:n ja Matkahuollon opiskelijatodistuksen.

[Linkki oman ammattikorkeakoulun opiskelijapalveluhin](http://www.oamk.fi/opinto-opas/opiskelu-oamkissa/ohjaus-ja-opiskelijapalvelut)

**Kirjastopalvelut**

[Linkki oman AMKin kirjastoon](http://www.oamk.fi/kirjasto/fi/)

**Oppimisympäristöt**

[Linkki oman AMKin opiskeluympäristöihin](http://www.oamk.fi/opinto-opas/)

**Harjoittelu**

Työharjoittelu on ensimmäinen askel kohti varsinaista työuraa ja on hyvä tilaisuus näyttää, mitä osaa. Harjoittelu tarjoaa mahdollisuuden verkostoitua, oppia työelämätaitoja, soveltaa ammattikorkeakoulussa opittuja asioita sekä hankkia työkokemusta. Harjoittelusta voi löytyä aihe opinnäytetyöhön sekä mahdollisesti myös työpaikka.

* Opiskelijoiden tarinoita (Videota) harjoittelukokemuksista
* [Linkki oman ammattikorkeakoulun ohjeisiin](http://www.oamk.fi/opinto-opas/opintojen-sisalto/harjoittelu)

**Opinnäytetyö**

Ammattikorkeakouluopintojen loppusuoralla tehdään 15 opintopisteen laajuinen opinnäytetyö. Opinnäytetyön tavoitteena on kehittää opiskelijan valmiuksia soveltaa koulutuksessa hankittuja tietoja ja taitoja, kuten oman alan tietoutta, analysointi- ja perusteluvalmiuksia ja kriittistä ajattelua. Pääsääntöisesti opinnäytetyö tehdään yhteistyössä työelämän kanssa.

* Opiskelijoiden tarinoita (Videota) opinnäytetöistä
* [Linkki oman ammattikorkeakoulun ohjeisiin](http://www.oamk.fi/opinto-opas/opintojen-sisalto/opinnaytetyo)

**Lisäaikatarve**

Tutkinnon suorittamiseen käytettävissä oleva aika eli opiskeluoikeusaika on opintojen ohjeaika lisättynä yhdellä lukuvuodella. Opiskeluoikeusaika voi määräytyä myös henkilökohtaisen opintosuunnitelman (HOPS) mukaan.

Mikäli opintoja ei saa suoritettua opiskeluoikeusaikana, tulee hakea lisäaikaa ennen opiskeluoikeusajan päättymistä.

[Linkki oman ammattikorkeakoulun ohjeisiin](http://www.oamk.fi/opinto-opas/opiskelu-oamkissa/opiskeluoikeus)



**OPISKELUKYKY**

Opiskelukyky muodostuu lukuisista eri tekijöistä. Voidakseen hyvin ihminen tarvitsee arkeensa työtä ja toimintaa, haasteita, onnistumisen kokemuksia, ihmissuhteita ja iloa. Oman toimintakyvyn kannalta on myös tärkeää, että kiinnittää huomiota syömiseen, riittävään lepoon ja unensaantiin sekä fyysiseen kuntoon.

**Omat voimavarat ja toimintakyky**

*Riittävä uni ja lepo, ravinto sekä fyysinen kunto lisäävät omia voimavaroja ja toimintakykyä.*

**Uni ja lepo**

Riittävä ja laadukas yöuni tukevat oppimista ja muistia sekä edistävät kokonaisvaltaista hyvinvointia.

Unen laatuun vaikuttavat kaikki päiväaikainen tekeminen ja yleinen elämäntilanne. Siksi kannattaakin kiinnittää huomiota, liikkuuko tarpeeksi ja oikein sekä ovatko ajanhallinnan taidot kunnossa. Päihteet vaikuttavat unen laatuun ja siten häiritsevät hyvää yöunta. Uniongelmia saattaa aiheuttaa myös stressaava elämäntilanne, johon on hyvä puuttua ajoissa.

Lue lisää unen merkityksestä terveyteen: <https://thl.fi/fi/web/elintavat-ja-ravitsemus/uni>
tai kokeile itsenäisesti Headsted.fi –sivuston [Levollinen uni –ohjelmaa](https://headsted.fi/ohjelmat/uni/)

**Ravinto**

Monipuolinen ravinto ja säännölliset ruoka-ajat auttavat jaksamaan paremmin ja edistävät myös opiskelukykyä. Opiskelijan etuuksiin kuuluu edullinen ja monipuolinen lounas, joka kannattaa hyödyntää aina kun mahdollista.

Silloin, kun ajankäytössä ja muissa elämäntavoissa on vaikeuksia, se yleensä heijastuu ruokailuunkin tavalla tai toisella. Esimerkiksi ruokarytmi voi häiriintyä, jos muu päivärytmi on kovin epäsäännöllinen.

Lisää ravinnon merkityksestä opiskelukykyyn:
<https://www.nyyti.fi/opiskelijoille/opi-elamantaitoa/rytmia-ruokailuun/>

**Fyysinen kunto**

Työelämässä oman ammattialan osaamisen lisäksi ihminen tarvitsee hyvää terveyttä, aktiivista elämänasennetta, sitkeyttä, hyviä sosiaalisia taitoja ja yhteisten pelisääntöjen noudattamista. Ne ovat taitoja, joita jokainen voi oppia esimerkiksi harrastamalla liikuntaa. Monilla oppilaitoksilla on omia liikuntatiloja ja palveluita.

Joukkuepeleissä oppii vuorovaikutustaitoja ja sääntöjen mukaan pelaamista. Minkä tahansa lajin harrastaminen on osoitus siitä, että pysyy sitoutumaan itselle tärkeisiin asioihin ja pyrkii sitkeästi tuloksiin. Liikunta tuo myös iloa elämääsi!

Vinkkejä liikunnan harrastamiseen: <http://www.yths.fi/i_love_arki/liikutko_riittavasti>

Pohditko, mistä löytäisit luotettavaa terveystietoa kotoa käsin? Tutkittua ja ajantasaista tietoa kehon ja mielen terveydestä löydät: https://www.terveyskyla.fi/

**Opiskelutaidot ja motivaatio**

*Itsetuntemus, motivaatio, vastuu omasta oppimisesta, ajankäyttö ja oppimisvaikeudet vaikuttavat opiskelukykyyn.*

**Itsetuntemus**

Itsensä tunteminen on ihmisenä kehittymistä. Itsensä tunteva ihminen tiedostaa omat ennakkokäsityksensä, arvonsa, tunteiden kokemistapansa, tarpeensa ja vahvuutensa. Itsetuntemus on kokemukseen perustuvaa oppimista ja itsensä tuntemista, joka kehittyy koko eliniän. Hyvä Itsetuntemus helpottaa kanssakäymistä muiden ihmisten kanssa.

Itsetuntemus auttaa myös ammatinvalinnassa. Testaa, mitkä ammatit voivat soveltua sinulle. <https://asiointi.mol.fi/avo/responsive/self-evaluation.xhtml>

**Ajankäyttö**

Ajanhallinta on taito, jota voi opetella ja jossa voi kehittyä. Ajankäyttö ja suunnitelmallisuus korostuvat verkko-opiskelussa, jota rytmittää oppilaitoksen lukujärjestyksen raamit sekä itsenäisen opiskelun sovittaminen niihin.

Tapa ja kyky hallita aikaa ovat yksilöllisiä. Omassa ajankäytössä on hyvä pyrkiä siihen, että saa tehtyä tavoittelemiaan asioita. Kuitenkin siten, että aikaa jää myös kiireettömälle oleskelulle.

<https://www.nyyti.fi/opiskelijoille/opi-elamantaitoa/hallittua-ajankayttoa/>

**Vastuu omasta oppimisesta**



Jokaisella on vastuu omasta oppimisestaan. Oppimista ei tapahdu ilman omaa työtä ja panostusta. Siksi kannattaakin tarkistaa omat tottumukset, valmiudet ja asenteet opiskelua kohtaan. Motivaatio vaikuttaa siihen, millaisen roolin opiskelu saa omassa elämässä.

Lue lisää tavoista oppia ja testaa, millainen sinä olet oppijana: <https://www15.uta.fi/arkisto/verkkotutor/oppija.htm>

**Oppimisvaikeudet**

Oppimisvaikeudet saattavat hidastaa opintojen edistymistä, joten siksi ne pyritään tunnistamaan jo mahdollisimman varhaisessa vaiheessa. Oppimisvaikeudet ilmenevät opiskelussa esimerkiksi vaikeutena käyttää kuuntelu-, puhe-, luku-, kirjoitus-, päättely- ja / tai matematiikkataitoja.

Tarkkaavaisuuden ongelmat ja ylivilkkaus kuuluvat myös oppimisvaikeuksien kirjoon. Ne tunnistetaan usein jo varhaislapsuudessa, mutta diagnosoidaan vasta kouluvuosina. Nämä oppimisvaikeudet näkyvät siinä, että opiskelijalla voi olla vaikea ylläpitää tarkkaavaisuutta oppitunneilla, ja hänen käyttäytymisensä saattaa muuttua muita häiritseväksi. Ylivilkkaus voi ilmetä heikkona suoriutumisena erilaisissa tehtävissä. Selvitä oman oppilaitoksesi mahdollisuudet tukea sinua oppimisessa.

Lue oppimisvaikeuksista lisää: <https://www.lukihero.fi/> <http://www.erilaistenoppijoidenliitto.fi/>

**Motivaatio**

On olemassa kahdenlaisia motivaatiotekijöitä: sisäisiä ja ulkoisia. Ulkoisia motivaatiotekijöitä ovat esimerkiksi palkinnot, joita on mahdollista saavuttaa tekemällä jotakin. Sisäinen motivaatio on puolestaan halua tehdä asioita niiden itsensä vuoksi. Nämä asiat koetaan tärkeiksi, ja siksi niiden tekeminen koetaan myös innostavaksi.

Omaa motivoitumista edistää, kun tuntee omat kykynsä ja luottaa niihin. Motivaatiota lisää myös tunne siitä, että saa itse vaikuttaa asioihin ja kuuluu omaan opiskelijaryhmään.

Lue lisää sisäisestä motivaatiosta: [https://www.eduskunta.fi/fi/tietoaeduskunnasta/julkaisut/documents/tuvj\_3+2014.pdf](https://www.eduskunta.fi/fi/tietoaeduskunnasta/julkaisut/documents/tuvj_3%2B2014.pdf)

Mayor, P. & Risku, M. 2015. Opas yksilölliseen motivointiin. Talentum.Salmela-Aro, K. & Aunola, K. 2018. Motivaatio ja oppiminen. PS-kustannus.Määttä, S. & Kiiveri, L. & Kairaluoma, L. 2014. Otetta opintoihin. Niiko Mäki Instituutti. Bookwell. Porvoo.



**Saavutettavuus**

*Jokaisella yksilöllä on oikeus toimia täysivertaisesti digitaalisissa ympäristöissä.*

Erilaisten verkkopalveluiden esteettömyyttä arvioitaessa käytetään termejä saavutettavuus ja käytettävyys. Niillä edistetään moninaisuutta ja yhdenvertaisuutta. Oppimisen tukena voi hyödyntää älykästä teknologiaa, kuten erilaisia sovelluksia, joilla voi esimerkiksi muokata puhetta tekstiksi tai tekstiä puheeksi. Verkkoympäristöissä saavutettavuus ilmenee esimerkiksi multimodaalisina, erilaisia aistikanavia käyttävinä ratkaisuina.

Saavutettavuus direktiivi tuli voimaan EU:n alueella 22.12. 2016. Sen keskeinen tavoite on, että jokaisella yksilöllä on täysi toimia täysivertaisesti digitaalisissa ympäristöissä.

Lue lisää saavutettavuudesta <http://project.hamk.fi/opiskelijalle/avustavan-teknologian-verstas/Documents/appsit_multimodaalisuus.pdf>

<https://www.hamk.fi/projektit/saavutettavuus-ja-avustava-teknologia/>

**Mielen hyvinvointi**

*Mielen hyvinvointi on kokemusta omasta tärkeydestä ja elämän mielekkyydestä sekä kyvystä kohdata myös vastoinkäymisiä ja selviytyä niistä.*

**Stressi**

Stressi kuuluu jokaisen normaaliin elämään ja kertoo ihmisen luontaisesta kyvystä reagoida muuttuviin olosuhteisiin ja sopeuttaa omaa toimintaansa niihin. Jatkuessaan pitkään ja voimakkaana stressi voi kuitenkin muodostua uhaksi terveydelle ja hyvinvoinnille. Sitä ei siis voi kokonaan poistaa elämästä, mutta liiallista stressiä on hyvä oppia säätelemään.

Katso keinoja stressin hallintaan: <https://www.mielenterveysseura.fi/fi/mielenterveys/hyvinvointi/stressi-kuuluu-el%C3%A4m%C3%A4%C3%A4n>

**Sosiaaliset suhteet, perhe ja ystävät**

Emme elä tyhjiössä! Kanssaihmiset vaikuttavat meihin omalla toiminnallaan, ja meillä on vaikutusta toisiin ihmisiin. Oppiminen on sosiaalinen prosessi, joten hyvät vuorovaikutustaidot ovat eduksi.

Jokaisella ihmisellä on oma, temperamentista ja elämäntilanteesta kumpuava, tarpeensa sosiaalisuuteen. Toinen kaipaa luonnostaan ympärilleen ison joukon ihmisiä, toiselle riittää muutama läheinen ystävä. Uusissa elämäntilanteissa toinen tutustuu muihin ihmisiin helposti, kun taas toinen tarvitsee enemmän aikaa. Luontainen sosiaalisuus voi vaikuttaa myös opiskelu- ja uravalintoihin sekä siihen, millaisia tilanteita haluaa kenties välttää.

Jokaisella on erilaisia vuorovaikutukseen ja sosiaalisiin tilanteisiin liittyviä taitoja, jotka karttuvat elämän ja kokemuksen mittaan.

[**Lue lisää sosiaalisista taidoista Nyyti RY:n sivuilta**](https://www.nyyti.fi/opiskelijoille/opi-elamantaitoa/treenaa-sosiaalisia-taitoja/)

Yksinäisyyttä kokee joidenkin tutkimusten mukaan jopa 10 % korkeakouluopiskelijoista. Yksinäisyys ei aina näy päällepäin: se voi olla myös henkistä yksinäisyyttä tai yksinäisyyttä tietyllä elämän osa-alueella.

[Lue yksinäisyydestä Mielenterveyden keskusliiton sivuilta](http://mtkl.fi/tietoa-mielenterveydesta/aikuisille/yksinaisyys/)

[Vinkkejä sosiaaliseen kanssakäymiseen ja yksinäisyyteen YTHS:n sivuilla](http://www.yths.fi/i_love_arki/viihdytko_seurassaa)

**Psyykkinen kunto**

**Jännittäminen**

Jännittäminen on yleistä ja luonnollista: yli 70 % jännittää joskus ja joidenkin tutkimusten mukaan jopa 30 % opiskelijoista kamppailee esiintymisjännityksen kanssa.

Jännitystä voi helpottaa jo se, että tietää jännityksen olevan yleistä ja että toisetkin jännittävät. Ammattikorkeakouluissa järjestetäänkin usein esiintymisjännitystä kokeville opiskelijoille opintojaksoja, joissa saa vertaistukea ja harjoitellaan tulemaan toimeen jännityksen kanssa.

Tutustu Jännä juttu -ohjelmaan. Sen avulla opit rauhoittumaan, otat ajatuksiisi etäisyyttä ja rohkaistut tekemään itsellesi tärkeitä asioita. Pääset irti jännityksen kahleista: <https://headsted.fi/ohjelmat/janna-juttu/>

Lisätietoa jännityksestä saat <http://www.yths.fi/jannittaa>

**Kriisit**

Kriisi tarkoittaa tapahtumaa, joka tavalla tai toisella suistaa elämän raiteiltaan. Tapahtuma voi olla merkittävä elämänmuutos, kuten esimerkiksi parisuhteen päättyminen tai onnettomuus.

Äkillisessä kriisissä saat apua esimerkiksi [Valtakunnallisen kriisipuhelin palvelun kautta](https://www.mielenterveysseura.fi/fi/tukea-ja-apua). Ammattikorkeakoulussa sinua tukee kriisissä esimerkiksi terveydenhoitaja, opiskelijapsykologi, kuraattori ja opiskelijapastori.

**Kuuntele ja katsele mielen hyvinvointia tukevia materiaaleja**

Mielen hyvinvoinnin käsi:[Mielenterveys voimaksi](https://www.youtube.com/watch?v=zkG5fEyVpYY&feature=youtu.be)!(2:25)

[Mielenterveys voimavarana: mitä voimavaralähtöinen ajattelu on](https://www.youtube.com/watch?v=fzX0LZP5L0Y&feature=youtu.be)? (23:38)

[Haastavat tunteet: mitä ne tunteet ovat?](https://www.youtube.com/watch?v=bbZ7DAub3lo&feature=youtu.be) (18:02)

[Kriisit ja selviytymisen tukeminen](https://www.youtube.com/watch?v=JvLAJAp5Wcs&feature=youtu.be) (16:58)

**Moninaisuus**

Moninaisuudella tarkoitetaan sitä, että jokaisella ihmisellä on lukemattomia ominaisuuksia ja rooleja sekä moni meistä kuuluu eri ryhmiin. Kyseessä voi olla myös ns. sisäinen erilaisuus, johon vaikuttavat jokaisen omat taustat ja identiteettikysymykset. Yhteiskunnan moninaisuuteen kuuluvat kaikki vähemmistöryhmät. Ominaisuudet, taustat ja ryhmät saattavat liittyä esimerkiksi sukupuoleen, seksuaalisuuteen, sosioekonomiseen asemaan, ikään, fyysisiin ominaisuuksiin, vammaisuuteen, ulkonäköön, uskontoon, kieleen, kulttuurieroihin, etnisiin piirteisiin, poliittisiin näkemyksiin tai erilaisiin ideologioihin ja vakaumuksiin.

Moninaisuuden huomioiminen on sitä, että ihmisen identiteettiin kuuluvia eroja kunnioitetaan turvallisessa ja myönteisessä ilmapiirissä. Jokaisen olisi tunnettava itsensä tervetulleeksi ja kunnioitetuksi sellaisena kuin on. On tärkeää, että jokainen voi osallistua ilman pelkoa syrjinnästä.

Moninaisuus on meissä:<https://www.youtube.com/watch?v=XtULCMg2hzw>



**OPS/HOPS**

**Mikä on OPS?**

Opetussuunnitelma eli OPS on kokonaiskuvaus tutkinto-ohjelmasta, osaamistavoitteista ja vaadittavista opintosuorituksista. Ammattikorkeakoulujen opetussuunnitelmassa on kuvattu myös, kuinka koulutuksen opintojaksot järjestetään lukuvuosittain. Opintojaksot voivat olla pakollisia, vaihtoehtoisia tai vapaasti valittavia.

* [Linkki oman ammattikorkeakoulun opetussuunnitelmaan](http://www.oamk.fi/opinto-opas/opintojen-sisalto/opetussuunnitelmat)
* Lisätietoja korkeakoulutuksesta: <http://minedu.fi/korkeakoulutus>

**Mikä on HOPS?**

HOPS on opiskelijan henkilökohtainen opintosuunnitelma, joka syntyy erilaisten valintojen ja muun muassa hyväksilukujen kautta.

HOPS on työkalu omien opintojen suunnitteluun, jonka avulla pystyy suunnittelemaan oman yksilöllisen opintopolun. HOPSiin kuvataan esimerkiksi tutkinnon suorittamiseksi tarvittavat opinnot sekä niiden etenemisjärjestys ja aikataulut.

HOPSia päivitetään koko opiskelujen ajan. Opintojen edistymisen säännöllinen seuraaminen auttaa pääsemään opiskelutavoitteiden kautta kohti työelämää ja omaa uraa.

Opiskelijan kokemus/tarina HOPSin merkityksestä (video)

* Linkki oman ammattikorkeakoulun HOPSin päivittämistyökaluun
* Oamk: Peppi-työkalu, opiskelijan työpöytä

**Tutkintosääntö**

Tutkintosääntö on korkeakoulun ‘perustuslaki’, jossa on viralliset ohjeet korkeakoulun tehtävästä ja toiminnasta. Tutkintosäännöstä löytää tiedon muun muassa siitä, miten hyväksytyn arvosanan voi mahdollisesti korottaa.

Tutkintosäännön lisäksi korkeakoululla voi olla erillisiä sääntöjä esimerkiksi opintosuoritusten arviointiin tai järjestyssääntöihin liittyen.

* [Linkki oman ammattikorkeakoulun tutkintosääntöön](http://www.oamk.fi/opinto-opas/opiskelu-oamkissa/saannot)

**Hyväksilukeminen**

Muissa korkeakouluissa suoritettuja opintoja on mahdollista sisällyttää omaan tutkintoon. Tällöin voi anoa hyväksilukemista. Hyväksilukemiseen liittyvä käsite (A)HOT tulee sanoista “(aiemmin) hankitun osaamisen tunnistaminen ja tunnustaminen”. Hyväksilukemista haetaan oman korkeakoulun määrittelemällä tavalla.

Osaamista voi hankkia muuallakin kuin korkeakouluissa, esimerkiksi muissa koulutuksissa, työelämässä tai harrastuksissa. Edellä mainituissa tapauksissa opiskelija osoittaa osaamisensa korkeakoulun määrittelemällä tavalla.

Oman osaamisen tunnistamiseen löydät vinkkejä myös täältä (Linkki ammatillisen kasvun pilveen kohtaan, jossa puhutaan oman osaamisen tunnistamisesta)

Opiskelijoiden tarinoita (Videota, tarina, jossa amkin opiskelija: Oamk tuottaa)

* [Linkki oman ammattikorkeakoulun ohjeisiin](http://www.oamk.fi/opinto-opas/opiskelu-oamkissa/osaamisen-arviointi#Hyv%C3%A4ksilukeminen)

**Siirto**

Siirtohaku on tarkoitettu opiskelijalle, joka

* haluaa vaihtaa opiskeluoikeuden saman tai läheisen alan opintoihin oman korkeakoulun sisällä ja/tai
* haluaa vaihtaa saman tai läheisen alan opintoihin toiseen korkeakouluun

Vaikka vaihtoa koulutuksesta toiseen tai toisella alalle on mahdollista hakea, kaikkiin koulutuksiin ei kuitenkaan oteta siirto-opiskelijoita.

(Lähde: Opintopolku.fi)

On hyvä lukea tarkemmat ohjeet siirtymiseen siitä ammattikorkeakoulusta, jonne on siirtymässä.

Opiskelijoiden tarinoita (Videota)

* Linkki opintopolkuun
* [Korkeakoulukohtaiset ohjeet siirto-opiskelijahakua varten](https://www.oamk.fi/fi/koulutus/siirto-opiskelijavalinta/)

