

TAMK PARVI - HYVINVOIVA OPISKELIJA- OPINTOJAKSO, 2 op

TAUSTAA

TAMK Parvi -kokonaiskonsepti on luotu Tampereen ammattikorkeakoulun ja Tampereen yliopiston yhteisessä TreSilienssi-hankkeessa (OKM 2021-2022.) Alkuvuodesta 2022 käynnistynyt Parvesta tukea ja onnistumisia –hanke (OKM 2022-2023) on jatkanut opiskelijoiden hyvinvoinnin ja opiskelun tukemista TAMKissa. Hyvinvoiva opiskelija (2op) on osa TAMKin vapaavalintaisten opintojen opintotarjontaa, jossa opintojakson sisällön tuottavat Tampereen ammattikorkeakoulun opiskelijat osana omia opintojaan.

TAVOITTEET

Opintojakson tavoitteena on auttaa osallistuvaa opiskelijaa tunnistamaan omaan hyvinvointiinsa vaikuttavia tekijöitä ja oppimaan erilaisten menetelmien hyödyntämistä oman hyvinvoinnin ja opiskelukyvyn vahvistamisessa. Opiskelija määrittelee oman hyvinvointinsa taustalla olevia tekijöitä ja asettaa itselleen mielekkäitä tavoitteita hyvinvointinsa tueksi.

Opintojakson ohjaajina ja toteuttajina toimivat sosiaali- ja terveysalan opiskelijat. He harjaantuvat vertaisryhmien ohjaajina ja oppivat ryhmänohjaustaitoja. Ohjaavat opiskelijat saavat opintopisteitä opintojensa edistämiseksi.

KOHDERYHMÄ

Osallistujina Tampereen ammattikorkeakoulun tutkinto-opiskelijat. Ohjaajina toimivat sosiaali- ja terveysalan opiskelijat.



Älä lennä yksin!
Don't fly solo!

#parvi

KÄYTÄNNÖN TOTEUTUS

Opintojaksolla ohjaajina toimivat opiskelijat suunnittelevat osana omia opintojaan opintojakson sisällön ja toteutuksen. Lisäksi opiskelijat suunnittelevat ja toteuttavat opintojakson markkinointia. Opiskelijoita ohjaavat sosiaali- ja terveystieteiden opettajat.

Osallistuvan opiskelijan työkuorma on määritelty seuraavasti: 2op x 27 h = 54 h

Opintojakso sisältää:

Pienryhmätyöskentelyä 8 x 2h = 16 h

Ennakkotehtäviä 20 h

Itse-reflektointia 18 h

OSALLISTUVAN OPISKELIJAN/OHJAAJAN ROOLI

Kahden opintopisteen suoritusmerkinnän saaminen edellyttää osallistumista tapaamiskerroille, tehtävien tekemisen sekä reflektiopäiväkirjan kirjoittamisen opintojakson aikana. Ohjaavien opiskelijoiden vastuulla on pienryhmätyöskentelyn sisällön, sekä opintojakson markkinoinnin suunnittelu ja toteutus. Opintojaksojen opettajat ohjaavat opiskelijoita.

VIESTINTÄ

Ohjaavat opiskelijat suunnittelevat ja toteuttavat opintojakson markkinointia. Markkinointia on tehty mm. TAMK Parven IG-tilillä ja Intra-uutisissa.

MUUT HUOMIOONOTETTAVAT ASIAT

Ohjaavat opiskelijat suunnittelevat ja toteuttavat opintojakson pienryhmätyöskentelyn sisällöt ja aiheet osallistuvien opiskelijoiden tarpeiden ja toiveiden pohjalta. Mahdollisia hyvinvointia tukevia aiheita voivat olla esim. luontoliikunta, stressinhallinta, jännittäminen, uni, ruoka, sosiaaliset suhteet, psyykinen hyvinvointi, opiskelutaidot, luovat toiminnat (käsillä tekeminen).

ASIASANAT

- KOHO, KOHO-verkosto
- Osallisuus
- Yhteisöllisyys
- Opiskelukyky
- Opiskelijahyvinvointi
- Oppimisen tuki
- Yhdenvertaisuus
- Saavutettavuus
- Ryhmätoiminta
- Vertaistuki
- Hyvinvoinnin tuki