**Terveystieteiden kandidaattiohjelma (Luonnos 27.3.2019)**

**Ohjelman kuvaus**

Terveystieteiden kandidaatintutkinnon suorittanut opiskelija tunnistaa ihmisten ja yhteisöjen terveyteen, toimintakykyyn ja fyysiseen aktiivisuuteen eri elämänvaiheissa vaikuttavia tekijöitä ja tietää minkälaisilla toimilla edellä mainittuihin tekijöihin voidaan vaikuttaa. Hän kykenee kriittisesti arvioimaan tiedon luotettavuutta. Kandidaatti pystyy seuraamaan ja arvioimaan terveyteen ja liikuntaan liittyviä linjauksia ja päätöksiä sekä vastaamaan muuttuvan yhteiskunnan tarpeisiin. Hän kykenee toimimaan terveys-, liikunta- ja sosiaalialan palvelujärjestelmien tehtävissä.

**Ohjelman osaamistavoitteet**

Terveystieteiden kandidaatintutkinnon suoritettuaan opiskelija

- hallitsee laaja-alaisesti ihmisen kasvuun ja kehitykseen sekä terveyteen ja toimintakykyyn

liittyviä tekijöitä eri ikävaiheissa.

-osaa arvioida millaisilla toimilla terveyteen ja toimintakykyyn voidaan vaikuttaa yksilö- ja

yhteisötasolla.

- tietää ja osaa kuvata yleisimmät kansansairaudet sekä fyysisen aktiivisuuden vaikutuksen niiden ennaltaehkäisyssä, hoidossa ja kuntoutuksessa.

-ottaa vastuuta omasta osaamisestaan ja oppimisestaan, tunnistaa minkälaista asiantuntijuutta haluaa tavoitella ja suuntaa valinnaisia opintojaan sen mukaan.  
-hahmottaa oman roolinsa ja vastuunsa asiantuntijana terveys-, liikunta ja sosiaalipalvelujärjestelmän kentällä ja on motivoitunut ylläpitämään sekä kehittämään omaa osaamistaan.

* ymmärtää tieteellisen tiedon luonteen ja hallitsee tutkimuksen teon ja tutkimusaineiston analysoinnin perusteet.

- osaa hankkia tieteelliseen tutkimukseen pohjautuvaa tietoa terveystieteiden olennaisimmista tiedonhankinnan lähteistä sekä osaa arvioida tiedon luotettavuutta.  
- osaa toimia vuorovaikutuksessa erilaisten ihmisten kanssa erilaisissa ympäristöissä sekä esittää ja perustella asiansa kirjallisesti ja suullisesti myös vieraalla kielellä.  
- osaa suunnitella, toteuttaa ja arvioida projekteja.   
- tuntee tieteellistä ja asiantuntijatoimintaa ohjaavat eettiset periaatteet ja osaa toimia niiden mukaisesti.

OSAAMISALUEET:

**A: Kriittinen tutkimustiedon käyttäjä ja tuottaja**

- ymmärtää tieteellisen tiedon ja tieteellisen menetelmän merkityksen ja tarkoituksen tämän päivän ja tulevaisuuden maailmassa

-osaa kuvata tieteellisen tutkimuksen perusteet ja tutkimusprosessin eri vaiheet sekä soveltaa tätä tietoa käytäntöön.  
- osaa hankkia tieteelliseen tutkimukseen pohjautuvaa tietoa terveystieteiden olennaisimmista tiedonhankinnan lähteistä sekä arvioida tiedon luotettavuutta.  
- osaa jäsentää ja analysoida tietoa käyttäen terveystieteiden perusmenetelmiä.   
- osaa kirjoittaa tekstiä, joka täyttää tieteelliseltä tekstiltä vaadittavan sisällöllisen loogisuuden ja kirjallisen työn vaatimukset.  
- tuntee tieteellistä ja asiantuntijatoimintaa ohjaavat eettiset periaatteet ja osaa toimia niiden mukaisesti.

**B: Kehitys- ja ratkaisuorientoitunut toimija työelämässä**

- osaa kuvata terveys-, liikunta- ja sosiaalipalvelujärjestelmän sekä hahmottaa oman roolinsa asiantuntijana tällä kentällä.

- osaa esittää ja perustella asiansa kirjallisesti ja suullisesti myös vieraalla kielellä.  
- osaa neuvotella ja tehdä päätöksiä sekä antaa ja vastaanottaa palautetta vuorovaikutustilanteissa.

- osaa suunnitella, toteuttaa ja arvioida projekteja.

* toimii itseohjautuvasti, vastuullisesti ja eettisesti sekä on motivoitunut ylläpitämään ja kehittämään omaa osaamistaan.

**C: ”Terveyden perusteet eri ikävaiheissa”**

- osaa vertailla terveyden ja toimintakyvyn eri näkökulmia.

- osaa kuvata ja selittää ihmiskehon rakenteen ja toiminnan pääpiirteet sekä liikkumisen biologisia perusteita.

- osaa kuvata ihmisen kasvun, kehityksen ja muutokset lapsuudesta vanhuuteen.

-osaa selittää miten biologiset tekijät liittyvät terveyteen eri ikävaiheissa.

- tuntee eri elintapatekijät ja osaa arvioida niiden vaikutuksen terveyteen.

**D: ”Liikunta, terveys ja toimintakyky”**

- tietää ja osaa kuvata yleisimmät kansansairaudet sekä fyysisen aktiivisuuden vaikutuksen niiden ennaltaehkäisyssä, hoidossa ja kuntoutuksessa.

- osaa arvioida terveyttä, toimintakykyä ja fyysisistä aktiivisuutta sekä ymmärtää kuinka liikunnalla voidaan vaikuttaa terveyteen ja toimintakykyyn eri ikävaiheissa.

-ymmärtää liikuntaan liittyvät riskit eri ikävaiheissa.

**E: ”Terveyden edistäminen”**

- osaa arvioida ihmisten ja yhteisöjen terveyteen, toimintakykyyn ja fyysiseen aktiivisuuteen eri ikävaiheissa vaikuttavia tekijöitä ja osaa arvioida millaisilla toimilla niihin voidaan vaikuttaa.

- tuntee terveyden edistämisen ja terveysosaamisen perusteet sekä osaa soveltaa tietoa yksilö-, yhteisö- ja yhteiskuntatasolla terveyden edistämiseen tähtäävien projektien suunnittelussa ja arvioinnissa

-hallitsee liikunta- ja terveyskäyttäytymisen muutoksen vaiheet ja niihin vaikuttavat tekijät

**F: Ikääntyvä väestö**

- ymmärtää vanhenemisen laaja-alaisena ilmiönä ja osaa arvioida vanhenemisen yksilöllisten erojen syitä ja seurauksia.

-osaa analysoida eliniän pidentymisen ja yhteiskunnallisten muutosten vaikutuksia yksilöiden ja yhteisöjen elämään.

-ymmärtää ikääntyvien ihmisten voimavarat ja aktiivisena vanhenemisen perusteet

*Tässä listausta aihealueista, joita kandin pitäisi osata:*

-anatomia/fysiologia/kuormitusfysiologia/terveyden biologia (geenit)

-lapsen, nuoren fysiologinen kehitys, vanhenemismuutokset

-terveys, toimintakyky erilaiset näkökulmat

-elintapojen vaikutus terveyteen (liikunta, tupakointi, alkoholi, huumausaineet, ravinto, uni)

-terveyden edistämisen mallit/teoriat ja osa-alueet, käyttäytymisen muutos

-Terveyden eriarvoisuus, terveyserot, terveydentila

-Promootio, preventio

-yksilö, yhteisö ja yhteiskuntataso, globaalisti

-terveyden edistämisen toimintaympäristö (esim. sote, koulut, seurat, järjestöt, koti ym.)

-liikunnan vaikutus terveyteen ja toimintakykyyn

-kansansairauksien perusteet

-sote-järjestelmän perusteet

-työhyvinvointi

-toimintakyvyn ja terveyden perusindikaattoreiden mittausmenetelmien hallinta

-terveysteknologia

-kuntoutuksen perusteet

-Liikunnan turvallisuus

-monikulttuurisuus

Tässä listausta taidoista, joita kandin pitäisi osata:

-etiikka

-toimintakyvyn arviointi

-terveysviestintä

-tieteellinen kirjoittaminen

-tiedonhankintamenetelmät

-kriittinen, tieteellinen ajattelu

-kvantitatiivisten ja kvalitatiivisten tutkimusmenetelmien perusteet

-vuorovaikutusosaaminen, verkostoituminen

-argumentointitaidot

-neuvottelutaidot

-suullinen ja kirjallinen kielitaito: suomi, englanti ja ruotsi

-projektinhallintataidot: suunnittelu, arviointi, toteutus

-esiintymistaidot

-tiimityöskentely, ryhmätyötaidot

-oman osaamisen ja oman alan työmahdollisuuksien tunnistaminen

-itseohjautuvuus (vastuullisuus, oman toiminnan organisointi ja ajan hallinta)

-halu itsensä jatkuvaan kehittämiseen asiantuntijana (ymmärtää sen tärkeyden)

-TVT-taidot

-Monikulttuurinen osaaminen