

KOUVOLAN LUKIOILLE TARJOTTAVIEN OPINTOJEN OPINTOJAKSOKUVAUKSET

Kiina 1, 5 op

Opintojakson tavoitteet

Osaat viestiä ja toimia tavoitteellisesti yksinkertaisissa arkielämän asioimistilanteissa. Osoitat perehtyneisyyttä kielialueen kulttuuriin Hallitset kielen äänne- ja kirjoitusjärjestelmän.

Sisältö

Mitä sanastoa tarvitset arkipäivän viestinnässä?
Minkälainen on kielen äännejärjestelmä ja kirjoitusasu?
Miten sovellat perusrakenteita arkipäivän viestintätilanteissa?
Kuinka kiinakielisessä kulttuurissa viestitään?

Hygieniapassi, 2op

Opintojakson tavoitteet

Tunnet hygieniaosaamiseen liittyvän lainsäädännön ja sen tuomat velvoitteet. Tiedät elintarvikkeiden käsittelyyn liittyvät hygieniariskit, hallitset hygieenisen käsittelyn ja työskentelyn perusteet. Saat valmiuksia Eviran hygieniaosaamistestin suorittamiseen.

Sisältö

Perehdyt STM:n asetuksessa n:ro 1115 3172 (23.11.2001) määriteltyihin osaluueisiin, jotka elintarvikehuoneistossa työskentelevän henkilön on hallittava. Saat valmiuksia Eviran hygieniaosaamistestin suorittamiseen.

1. Perustiedot mikrobiologiasta ja elintarvikkeiden saastumisesta
2. Ruokamyrkytykset, hygieeniset työtavat
3. Henkilökohtainen hygienia
4. Puhtaanapito
5. Omavalvonta
6. Lainsäädäntö, viranomaiset

Ensiapu 1, 2 op

Opintojakson tavoitteet

Koulutuksen suorittuasi hallitset ensiavun antamisen perusteet koulutuksen sisällön mukaisissa aiheissa.

Sisältö

- Auttamistoiminta onnettomuudessa tai sairauskohtauksessa
- Hätäensiavun perusteet
- Tajuttomalle annettava ensiapu
- Peruselvytys
- Vierasesine hengitysteissä
- Verenkierron häiriötila (sokki)
- Haavat
- Tavallisimmat sairauskohtaukset
- Palovammat ja sähkön aiheuttamat vammat
- Nivelvammat ja murtumat
- Myrkytykset

Liikkujan ravitseminen, 5 tai 3 op

Opintojakson tavoitteet

Osaat ottaa huomioon ravitsemustietoutta kestävyys- ja voimaharjoittelun tukena sekä painonhallinnassa.
Osaat soveltaa ravitsemustietoutta kuntoilijoiden ja urheilijoiden ohjauksessa ja neuvonnassa.

Sisältö

Mikä on ravitsemuksen ja liikunnan yhteys?
Mitä tarkoitetaan energia-aineenvaihdunnalla?
Miten liikunta vaikuttaa energiantarpeeseen, energian saantiin ja energian kulutukseen?
Miten ravitseminen ja nestetasapaino vaikuttavat liikunnan kuormituksesta palautumiseen?
Miten otat ohjauksessa huomioon ravitsemuksen yhteyden eri liikuntalajeihin?

Asiakasymmärrys ja asiakaspalvelu, 5 op

Opintojakson tavoitteet

Osaat kuvata yrityksen asiakastyön prosesseja ja määritellä mistä hyvä asiakaspalvelu syntyy.
Osaat selvittää ja kuvata eri asiakasryhmien osto- ja kulutuskäyttäytymiseen vaikuttavia tekijöitä.
Osaat määritellä asiakaskokemuksen syntyminen vaikuttavia tekijöitä ja tunnistaa niitä käytännössä. Osaat hankkia ja analysoida asiakasymmärrystä lisäävää tietoa.

Sisältö

Mitä asiakasprosessi tarkoittaa ja mikä on sen merkitys liiketoiminnassa? Millaisia kuluttajat, yritykset ja organisaatiot ovat asiakkaina? Mistä asiakaskokemus muodostuu ja miten siitä hankitaan tietoa? Miten asiakassuhteita rakennetaan, ylläpidetään ja kehitetään? Mitä ovat hyvän asiakaspalvelun osatekijät?

Ensiapu 2, 2 op

Opintojakson tavoitteet

Koulutuksen suorittuasi osaat aloittaa ensiavun antamisen niin tavallisimmissa sairaus- ja onnettomuustilanteissa oleville henkilöille kuin haasteellisemmissä ensiapua vaativissa tilanteissa sekä ehkäistä tapaturmia.

Sisältö

Auttamistoiminta ensiapua vaativissa tilanteissa
Hätäensiavun kertaus:
- peruselvytys; aikuinen, lapsi ja vauva
- sisältää myös aikuisen varhaisen defibrilloinnin
- tajuttomalle annettava ensiapu

- muut hätätilanteet
- Vammamekanismin merkitys vamman synnyssä:
- loukkaantuneen tutkiminen ensiavun antamiseksi
 - rintakehän, vatsan ja lantion vammat sekä sisäiset verenvuodot
 - ranka- ja raajavammat
 - pään- ja kasvojen vammat
- Loukkaantuneen tilan seuranta ja tarkkailu
- ensiapuasennot, loukkaantuneen suojaaminen ja siirrot sekä kuljetukset
- Ensiapu ja ehkäisy
- kylmän aiheuttamissa vammoissa
 - lämmön aiheuttamissa sairastumisissa
- Ryhmäkohtaiset erityisaiheet (valinnaiset)
- ensiavun ja terveystiedon kartuttaminen
 - oman terveyden ja turvallisuuden edistäminen
 - valinnaisaiheita kohderyhmän tarpeiden mukaan
 - PPE-D -peruskurssi 4 h

Tekniikan alan matematiikan tehovalmennus verkossa, 3 op

Opintojakson tavoitteet

Matematiikka:

Opit tai vahvistat aikaisemmin oppimasi matemaattiset perusvalmiudet niin, että osaat käsitellä luvuista ja symboleista koostuvia lausekkeita sekä niihin mahdollisesti liittyviä mittayksiköjä. Osaat sieventää, suorittaa lausekkeiden väliset peruslaskutoimitukset ja kuvata lausekkeiden avulla tekniikan ilmiöitä insinöörinä toimimisen ja insinööriksi opiskelun vaatimalla tasolla.

Sisältö

Toteutetaan kokonaan verkko-opintoina.

Tekniikan alan fysiikan tehovalmennus verkossa, 3 op

Opintojakson tavoitteet:

Fysiikan opiskelunvalmiuksien kehittäminen sellaiselle tasolle, joka on välttämätön fysiikan opintojen menestykselliseen suorittamiseen.

Sisältö

Toteutetaan kokonaan verkko-opintoina.

Rautatieliikenne, 5 tai 3 op Opintojakson tavoitteet

Saat käsityksen rautatiealan toimijoista ja viranomaisista sekä toimintaa säätelevistä laeista, normeista sekä toimintaan tarvittavista luvista.

Ymmärrät rautatieliikenteen harjoittamisen edellytykset sekä miten liikennettä ohjataan ja valvotaan turvallisen liikenteen varmistamiseksi.

Ymmärrät rautatieliikenteen osana kansainvälistä kuljetusketjua.

Ymmärrät rautatiekuljetusten edellytykset asiakasnäkökulmasta sekä tiedostat alan erilaisia sopimuksia ja kansainvälisen kaupan periaatteita.

Sisältö

Mitä kaikkea kuuluu rautatiejärjestelmään ja miten se toimii?

Millaisia lupia, sopimuksia, kapasiteetin määrittystä, liikenteen ohjausta ja valvontaa rautatieliikenne sisältää?

Kuinka ratakapasiteettia jaetaan, liikennettä suunnitellaan ja junien täsmällisyyttä valvotaan?

Mitä kaikkea junan liikkeellelähtö ja kuljettaminen vaatii sekä millaista kalustoa rataverkolla liikkuu?

Miten ratapihat toimivat ja mitä on vaihtotyö?

Mitä asioita yritysten näkökulmasta tulee huomioida jos käytetään rautateitä kuljetusmuotona?

Miten Suomesta pääsee rautateitse Kiinaan ja mitä vienti/tuontikauppa pitää sisällään?

Yrityksen perustaminen, 3 op

Opintojakson tavoitteet

Opintojakson suoritettuaan opiskelija:

- tunnistaa yrittäjyyden merkityksen kansantaloudessa
- osaa arvioida omia yrityksen perustamisen mahdollisuuksia sekä tietojen, taitojen ja asenteiden näkökulmista.
- tunnistaa yrityksen perustamisen keskeisimmät vaatimukset
- Ymmärrät yrityksen imagon merkityksen ja osaat hyödyntää yrityksen tukiverkostoja.
- Ymmärrät asiakkaiden, markkinoinnin ja Sos. Median merkityksen.
- Osaat hinnoitella omat tuotteet.

Sisältö

Onko liikeidea toimiva? Mikä yritysmuoto on paras yrityksesi kannalta? Miten rahoitat yritystoimintasi? Miten käynnistät yritystoiminnan? Miten yritys toimii? Mikä merkitys on yrityksen asiakkaille? Mitä tarkoitetaan asiakaslähtöisellä markkinoinnilla? Mitkä tekijät vaikuttavat yritysimagon syntymiseen? Miten hinnoittelet tuotteet/palvelut?

Sisältö: 1. Yrittäjyys yritystoiminnan lähtökohtana 2. Yritysidean mahdollisuuksien löytäminen 3. Yritysidean kehittäminen liikeideaksi 4. Yrityksen perustamiseen liittyvät tukijärjestelmät 5. Perustettavan yrityksen rahoitustarve ja -lähteet 6. Uuden yrityksen riskien arviointi ja hallinta 7. Käytännön perustamistoimet 8. PK-yrityksen markkinoinnin suunnittelu

Lapsi- ja nuorisotyön ohjaaminen, 3 op

Opintojakson tavoitteet:

Saat valmiuksia suunnitella lapsiryhmän toimintaa.

Tiedät ryhmän ohjaamisen eri vaiheet ja tunnistat erilaiset ohjaustyyliä.

Saat valmiuksia toimia haasteellisissakin tilanteissa niin, että ryhmän turvallisuus mahdollistuu.

Saat valmiuksia antaa selkeää ja rakentavaa palautetta osallistujille.

Sisällöt:

Mitä tulee ottaa huomioon ryhmän toimintaa suunniteltaessa?

Mitä erilaisia ohjaustyyliä on ja mitä merkitystä on ohjaustyyliillä?

Miten ryhmä toimii ja millaisia vaiheita ryhmässä yleensä on?

Millaisia ovat hyvät ryhmänhallintakeinot?

Miten voit vaikuttaa ryhmän kokemaan turvallisuudentunteeseen?

Miten annetaan selkeää ja rakentavaa palautetta?