



# Arkeen ja työhön – taitoja, hyvinvointia, yhteenkuuluvuutta!

Opetussuunnitelman pohja paikallisille toteutuksille 2022

**voimaa arkeen!**



<b>Tiedot</b>	<b>4</b>
<b>Opintokokonaisuuden kuvaus</b>	<b>4</b>
<b>Opetussuunnitelman laatiminen ja paikallinen sisältö</b>	<b>5</b>
<b>Koulutuksen toteuttaminen - pohja paikallista opetussuunnitelmaa varten</b>	<b>6</b>
1.Koulutuksen järjestämisen lähtökohdat ja arvopohja	6
2.Kohderyhmä, oppimistarpeet ja -tavoitteet	7
3.Oppimiskäsitys, oppimisympäristöt ja itsenäisen opiskelun periaatteet	7
4.Oppijan ohjaus sekä opiskeluun tukea tarvitsevien oppijoiden opetus	8
5.Oppijan oppimisen arviointi, arvioinnin muodot ja käytännöt opiskelun aikana ja koulutuksen päättyessä, palautteen antamisen muodot ja käytännöt, todistus ja siihen merkittävät tiedot koulutuksen päätyttyä	8
<b>6.Yhteistyö muiden tahojen kanssa, työelämäyhteistyö</b>	<b>9</b>
<b>7.Toiminnan jatkuva kehittäminen ja arviointi</b>	<b>9</b>
<b>8.Kuvaus opintokokonaisuuden sisällöstä</b>	<b>9</b>
<b>9.Opintojen kuvaukset,osaamistavoitteet ja arviointi</b>	<b>9</b>
9.1.Arkeen ja työhön – taitoja, hyvinvointia, yhteenkuuluvuutta! -opintokokonaisuuden kuvaus	9
1.Perusjakso: Arkeen ja työhön – taitoja, hyvinvointia, yhteenkuuluvuutta!	10
Kuvaus	10
Keskeinen sisältö	10
1a Hoks ja osaamisprofiili	10
Kuvaus	10
Opetuksen tavoitteet	10
Arviointi	10
1b Itsetuntemus ja oppimistaidot	11
Kuvaus	11
Opetuksen tavoitteet	11
Arviointi	11
1c Ravinto ja liikunta	11
Kuvaus	11
Opetuksen tavoitteet	12
Arviointi	12
1d Viestintä - ja vuorovaikutustaidot	12
Kuvaus	12
Opetuksen tavoitteet	12
Arviointi	13
1e Matematiikkaa arjessa	13
Kuvaus	13

Opetuksen tavoitteet	13
Arviointi	13
2. Teemajakso:	14
Kuvaus	14
Tietotekniikan perustaidot	14
Laajuus 3op	14
Kuvaus	14
Opetuksen tavoitteet	14
Keskeiset sisällöt	15
Arviointi	15
3. Harrastajakso	16
Kuvaus	16

# Tiedot

Tämä opetussuunnitelma on kirjoitettu elokuussa 2022 Voimaa arkeen - tunnistettu osaaminen elämän voimavaraksi -hankkeen toiminnan aikana työelämä- ja perustaitoja vahvistavan koulutuksen toteuttamiseen ja paikallisten opetussuunnitelmien laatimisen pohjaksi.

Opetussuunnitelma on tuotettu hankkeessa vuosien 2021-2022 aikana toteutetun Voimaa arkeen -toiminnan myötä. Toimintamallia on kehitetty saadun palautteen, tuotteistamisen ja pilotoinnin avulla. Hankkeessa ovat olleet mukana Ilmajoen, Järvilakeuden, Järvi-Pohjanmaan, Lakeudenportin, Kauhajoen, Kurikan ja Lapuan kansalaisopistot.

## Opintokokonaisuuden kuvaus

Opintojen tarkoituksena on vahvistaa oppijoiden perustaitoja, kansalaistaitoja, elämänhallintataitoja ja antaa oppijoille valmiuksia itsensä jatkuvaan kehittämiseen. Tavoitteena on parantaa oppijan valmiuksia omien vahvuuksien ja osaamisen tunnistamiseen, kohentamiseen ja käyttämiseen työelämässä sekä arjessa.

Toiminnallisten opintojen aikana vahvistetaan oppijan perustaitoja, opiskelu- ja vuorovaikutustaitoja, matemaattisia taitoja, äidinkieltä sekä tieto- ja viestintätekniikan taitoja. Lisäksi opintoihin sisältyy valinnaisia opintoja kansalaisopiston kurssitarjonnasta. Opintojen aikana voidaan myös tunnistaa oppimisen vaikeuksia.

Koulutus on tarkoitettu kansalaisopiston toimintaperiaatteiden mukaan kaikille kiinnostuneille. Oppijavalinnat voidaan kuitenkin määritellä toteutuksen mukaan myös rajatulle kohderyhmälle, jolloin opintojen sisällöt voidaan tarkemmin muokata heille sopiviksi.

Koulutuksen kohderyhmiä ovat esimerkiksi:

- heikot perustaidot omaavat henkilöt
- työttömät työnhakijat
- heikon pohjakoulutuksen omaavat
- työelämään palaamassa olevat
- työelämässä olevat, jotka tarvitsevat osaamisensa päivittämistä

Koulutus voidaan toteuttaa kuntouttavana työtoimintana. Opintoihin voidaan sisällyttää mahdollisuuksien mukaan työelämään ja oppilaitoksiin tutustumista tai yrittäjyysopintoja. Opintoja voidaan tarjota yhteistyössä lukion, ammattioppilaitoksen tai muun koulutustoimijan kanssa.

Opiskelu on kansalaisopistolain mukaan vapaatavoitteista. Opintosuorituksia voidaan viedä Koski-tietojärjestelmään Opintopolku.fi -palvelussa nähtäväksi. Oppija itse päättää

opintosuoritusten viennistä Koski-tietojärjestelmään kuitenkin niin, että hänen tulee tehdä valinta opiskelujen alussa. Rekisteriin vienti-ilmoitus ei voi olla sitova.

Yksi opintopiste vastaa oppijan noin 27 tunnin keskimääräistä työpanosta. Käytännössä yhden opintopisteen suorittamisen vaatima työmäärä voi vaihdella paljonkin oppijan valmiuksien mukaan. Koulutus ei ole kokopäiväistä vaan opintojaksoihin sisältyy lähiopetusta, etäopetusta tai itseopiskelua erillisen mitoituksen mukaan vaihtelevasti riippuen opiskeltavasta aiheesta. Opinnot muodostuvat perusmodulista 2op, jota voidaan laajentaa teemaopinnoilla sekä vapaasti valittavilla kansalaisopiston kursseilla.

Opintokokonaisuuden toteuttava opisto voi päättää, minkä laajuisina opinnot tarjotaan. Opintorakenteen laajuuksien vaihtelu mahdollistaa erilaiset painotukset riippuen paikallisesta kohderyhmän tarpeesta ja opiston erityisominaisuuksista. Paikallisessa opetussuunnitelmassa määritellään opintojen sisältö ja laajuus tarkemmin. Arvioinnissa on pyritty siihen, että oppijan opintojen henkilökohtaistaminen on mahdollista toteuttaa joustavasti kunkin oppijan valmiudet, tulevaisuuden suunnitelmat ja oppimistarpeet huomioiden.

## Opetussuunnitelman laatiminen ja paikallinen sisältö

Kansalaisopistolta ei edellytetä opetussuunnitelman tekemistä. Jos opintoja kuitenkin halutaan viedä Koski-järjestelmään, tarvitaan opinnoista osaamisperusteiset kurssikuvaukset ja arviointikriteerit. Tämä opetussuunnitelma on tehty Lapuan, Kurikan, Kauhajoen Lakeudenportin, Järvilakeuden, Järvi-Pohjanmaan ja Ilmajoen kansalaisopistojen yhteisen Voimaa arkeen -hankkeen tuloksena. Hankkeessa on kehitetty toimintamallia, jolla opistoissa tarjotaan perus- ja työelämätaitoja vahvistavaa koulutusta laajalle kohderyhmälle.

Koulutuksen järjestäjä voi laatia paikallisen opetussuunnitelman tämän opetussuunnitelman mukaan. Paikallista opetussuunnitelmaa laadittaessa suositellaan otettavaksi huomioon kansalaisopiston toimintaympäristö, paikallinen osaaminen ja resurssit, sekä muiden lähioppilaitosten opetustarjonta. Oppilaitoksen toiminta-alueen luonto ja ympäristö, historia, kieliolosuhteet, elinkeinorakenne sekä kulttuurielämä tuovat opetussuunnitelmaan paikallisuutta. Lisäksi oppilaitoksen oma arvopohja voi näkyä paikallisessa opetussuunnitelmassa. Käytännön yhteistyö eri alojen asiantuntijoiden kanssa on merkittävää ja lisää opiskelun elämänläheisyyttä ja syvällisyyttä.

Oppijan mahdollisuus suorittaa opinnot määritellyssä ajassa on turvattava järjestämällä opintojen eteneminen joustavasti ja tarjoamalla tarvittava oppimisen ja opiskelun tuki.

Kaikilla oppijoilla tulee olla mahdollisuus tutustua opetussuunnitelmaan. Oppilaitos kuulee myös opiskelijakuntaa ja henkilöstöä sekä varaa oppijoille mahdollisuuden ilmaista mielipiteensä opetussuunnitelmasta. Yhteistyöllä eri tahojen kanssa, pyritään varmistamaan koulutuksen korkeatasoisuus, yhteiskunnallinen merkittävyys sekä koko yhteisön sitoutuminen yhdessä määriteltyihin tavoitteisiin ja toimintatapoihin. Paikallista opetussuunnitelmaa laadittaessa pyritään ratkaisuihin, jotka kehittävät toimintakulttuuria, tukevat opiskelijoiden hyvinvointia, jaksamista ja osallisuutta sekä monipuolistavat vuorovaikutusta oppilaitoksen sisällä ja ympäröivän yhteiskunnan kanssa. Paikallisessa opetussuunnitelmassa voi olla alueellisia tai

seudullisia sekä oppilaitoskohtaisia osia, jotka voivat olla myös yhteisiä joidenkin muiden kansalaisopistojen tai muiden oppilaitosten kanssa.

Paikallinen opetussuunnitelma sisältää seuraavat osat:

1. Koulutuksen järjestämisen lähtökohdat ja arvopohja
2. Kohderyhmä, oppimistarpeet ja tavoitteet
3. Oppimiskäsitys, oppimisympäristöt ja itsenäisen opiskelun periaatteet
4. Oppijan ohjaus sekä opiskeluun tukea tarvitsevien oppijoiden opetus
5. Oppijan oppimisen arviointi, arvioinnin muodot ja käytännöt opiskelun aikana ja koulutuksen päättyessä, palautteen antamisen muodot ja käytännöt, todistus ja siihen merkittävät tiedot koulutuksen päätyttyä
6. Yhteistyö muiden tahojen kanssa, työelämäyhteistyö
7. Toiminnan jatkuva kehittäminen ja arviointi
8. Kuvaus opintokokonaisuuden sisällöstä
9. Opintojen kuvaukset, osaamistavoitteet ja arviointi

## Koulutuksen toteuttaminen - pohja paikallista opetussuunnitelmaa varten

### 1.Koulutuksen järjestämisen lähtökohdat ja arvopohja

Kansalaisopisto on vapaan sivistystyön oppilaitos. Vapaan sivistystyön tarkoituksena on järjestää elinikäisen oppimisen periaatteen pohjalta yhteiskunnan eheyttä, tasa-arvoa ja aktiivista kansalaisuutta tukevaa koulutusta. Vapaana sivistystyönä järjestettävän koulutuksen tavoitteena on edistää ihmisten monipuolista kehittymistä, hyvinvointia sekä kansanvaltaisuuden, moniarvoisuuden, kestävän kehityksen, monikulttuurisuuden ja kansainvälisyyden toteutumista. Toiminta pohjautuu paikallisiin ja alueellisiin sivistystarpeisiin, jotka tarjoavat mahdollisuuksia omaehtoiselle oppimiselle ja kansalaisvalmiuksien kehittämiseksi. Vapaassa sivistystyössä korostuu omaehtoinen oppiminen, yhteisöllisyys ja osallisuus. Vapaan sivistystyön koulutuksen tavoite kuvaa sivistysihannetta, jossa pyrkimyksenä on jatkuva kehittyminen ja uuden luominen sekä yksilön kehittymispotentiaaliin perustuva inhimillinen kasvu. Jokainen yksilö on ainutlaatuinen ja hän rakentaa omaa yksilöllistä identiteettiään sekä vastuullista toimijuuttaan yhteiskunnassa. Koulutuksessa kaikkia oppijoita kohdellaan tasa-arvoisesti ja yhdenvertaisesti.

Koulutuksen sisältö ja osaamisperusteet kuvataan vapaan sivistystyön lähtökohdista. Opintojen hyväksilukeminen muissa oppilaitoksissa on aina kunkin oppilaitoksen päätettävissä eikä mitään korvaavuutta voida määritellä ilman, että siitä on erikseen ko. oppilaitoksen kanssa sovittu.

Arkeen ja työhön – taitoja, hyvinvointia, yhteenkuuluvuutta! -opintokokonaisuuden toteuttamiselle on ominaista osallistujalähtöisyys, tavoitteellisuus, elämyksellisyys, koulumaisuudesta poikkeaminen, luovat oppimisympäristöt, yhdenvertaisuus ja jatkuvan

oppimisen näkökulma. Toteutuksessa mukaillaan Kaikkien mallia, joka on tavoitteellinen, vaikuttava, oppijalähtöinen perustaitojen koulutusmalli työikäisten arjen parantamiseksi

*Paikallisessa opetussuunnitelman osassa kuvataan ylläpitäjän oppilaitoksen toiminnalle antama tehtävä sekä oppilaitoksen paikalliset arvot ja alueelliset erityispiirteet.*

## 2.Kohderyhmä, oppimistarpeet ja -tavoitteet

Opetuksen kattavana tavoitteena on tukea oppijaa:

- hyödyntämään omaa potentiaaliaan jatko-opinnoissa, työelämässä ja yleensäkin elämässään
- pitämään yllä osaamistaan ja motivaatiota jatko-opiskeluun, jatkuvaan oppimiseen, työelämässä jatkamiseen, työllistymiseen ja itsensä kehittämiseen
- soveltamaan oppimaansa ongelmien ratkaisemiseen ja kokeilemaan erilaisia luovia menetelmiä
- tunnistamaan ja arvostamaan osaamistaan
- toimimaan eettisesti ja rakentavasti vuorovaikutuksessa toisten kanssa
- kehittämään itsetuntemustaan, persoonallisuuttaan ja tunneälyään sekä hyväksymään itsensä sellaisena kuin on ja saamaan rohkeutta olla oma itsensä
- toimimaan kestäväällä tavalla yhteisön ja yhteiskunnan jäsenenä
- ymmärtämään nykyajan viestinnän mekanismeja

## 3.Oppimiskäsitys, oppimisympäristöt ja itsenäisen opiskelun periaatteet

Oppijalähtöisen, omaehtoisin oppimisen tavoitteena on saada oppija tunnistamaan omat ainutlaatuiset voimavaransa ja potentiaalinsa ja kehittämään niitä edelleen omaksi ja muiden hyväksi.

Opettajan toiminnassa korostuvat ohjauksellisuus sekä ymmärrys ja kyky tukea oppijoiden erilaisiin lähtökohtiin perustuvia ja yksilöllisesti eteneviä oppimisprosesseja. Opettajan ja oppijan dialogisessa kohtaamisessa on lähtökohtana avoimuus, läsnäolo, tasavertaisuus, luottamus, keskinäinen kunnioitus ja hyväksyntä. Oppijan kokemusta siitä, että hän tulee nähdyksi, kuulluksi ja arvostetuksi, pidetään koulutuksessa tärkeänä lähtökohtana. Opiskelun aikana harjoitellaan ja tunnistetaan yhdessä opiskelijan kanssa erilaisia tapoja oppia, jotta kukin oppija voi löytää omat vahvuutensa oppijana.

Opintojen aikana edellytetään oppijalta työskentelyä myös itsenäisesti, mutta siten, että opettajan antamat itsenäisesti suoritettavat tehtävät eivät ole pääasiallinen oppimisen tapa.

Oppimisympäristöllä on tässä opintosuunnitelmassa erityinen merkitys oppimisen mahdollistajana. Monipuolinen, erilaisten oppimisympäristöjen käyttäminen on tärkeää oppimisen ja toiminnan laadun varmistamisessa ja tavoitteiden saavuttamisessa. Opintojaksojen toiminnot sijoitetaan paikallisesti ja kohderyhmän mukaisesti

tarkoituksenmukaisiin ympäristöön ja tuodaan ulos luokkahuoneista. Oppimisympäristöjen tulee olla oppijoiden arkea rikastuttavia ja yhteisöllisyyttä parantavia.

#### 4.Oppijan ohjaus sekä opiskeluun tukea tarvitsevien oppijoiden opetus

*Oppilaitoksessa toteutettavan oppijan ohjauksen ja erityisten oppijoiden ohjauksen menetelmien kuvaaminen paikallisesti.*

#### 5.Oppijan oppimisen arviointi, arvioinnin muodot ja käytännöt opiskelun aikana ja koulutuksen päättyessä, palautteen antamisen muodot ja käytännöt, todistus ja siihen merkittävät tiedot koulutuksen päätyttyä

Arviointitapana käytetään kehittäväää arviointia, joka tukee ja innostaa oppijaa osaamisen kehittämisessä. Arviointia voidaan käyttää myös oppimistapahtumana. Arviointitapa kuvataan tarkemmin paikallisessa kurssikuvauksissa. Itsearviointiin tulee olla merkittävässä osassa opintojen suorittamista. Opintokokonaisuuksien arviointi voidaan tehdä osaamismerkkisuoritusten arviointina ja sen tekee kouluttaja. Kurssikuvaukset ovat osaamisperusteisia ja suorituskriteerit ilmoitetaan suoritustodistuksen yhteydessä.

Perusmoduulin arviointi koostuu osallistujan kehittymisen ja osaamisen lisääntymisen mukaan. Teemallisten opintojen tai moduulien suorittamisen ja osaamisen arvioinnin tekee kyseisen kurssin opettaja ja se muodostuu arviointikriteerien mukaan osoitetusta osaamisesta.

Mahdollisuudet suoritusmerkintöjen saamiseen voi vaihdella kurssin mukaan. Henkilökohtaista opintosuunnitelmaa tehtäessä on sovittava suoritus mahdollisuudesta opiskelijan kanssa siten, että opiskelija on tietoinen mahdollisuuden puuttumisesta. Kaikista kursseista voi kuitenkin saada osallistumismerkkin tai todistuksen. Osallistumisesta opintojaksolle tulee vähintään toimittaa osallistujalle todistus, josta ilmenee toiminnan sisältö, ajankohta, kesto ja opettajat. Todistus voi olla opiston perinteinen todistus, osaamismerkki tai siitä printattu versio.

Tässä opetussuunnitelman pohjassa on perusmoduuli kuvattu osaamisperusteisesti ja sille on esitetty arviointikriteerit. Teemallisten lisämoduulien osalta on osaamisperusteet ja arviointikriteerit kirjoitettava erikseen. Tällöin suoritusmerkintä voidaan viedä Koski-tietokantaan. Opiston kurssien suorittaminen tehdään kunkin kurssin toimintatavan mukaisesti.

Jos tarjotaan mahdollisuutta opintojen viemiseen Koski-järjestelmään, on oppijan suostumus pyydettävä opintojen alussa kirjallisena.



*Paikallisessa opetussuunnitelmassa arviointikäytännöt tulee kuvata kunkin kurssin kuvauksen yhteydessä yksiselitteisesti.*

## 6.Yhteistyö muiden tahojen kanssa, työelämäyhteistyö

Opisto tekee paikallisten koulutustoimijoiden, työelämän, hakevan toiminnan, työvoimatoimistojen ja sosiaalitoimen kanssa yhteistyötä koulutuksen tarjoamisessa kohderyhmälle. Opiskelun aikana voidaan tehdä oppilaitosvierailuja ja tutustua työelämään vierailujen avulla. Yhteistyötä voidaan tehdä myös osaamisen tunnistamisessa.

## 7.Toiminnan jatkuva kehittäminen ja arviointi

Oppijoiden kanssa käydään ryhmässä palautekeskustelu tai heiltä tulee pyytää kirjallinen palaute opintokokonaisuuden laadusta kehittämistä varten. Toiminta arvioidaan vuosittain opiston henkilökunnan kesken, kun päätetään sen tarjoamisesta uudelleen. Toimintaa arvioidaan myös yhteistyökumppanien kanssa.

## 8.Kuvaus opintokokonaisuuden sisällöstä

Opintokokonaisuus koostuu vähintään perusjaksosta, jonka minimikesto on 3kk ja kokoontumiskerrat 4 kellotuntia/vk. Tälöin sen laajuus on vähintään 2op. Perusjakson kestoa voidaan lisätä paikallisessa suunnitelmassa.

Lisäksi opintokokonaisuuteen voidaan sisällyttää teemallisia jaksoja. Tässä pohjassa on kuvattu 3op laajuiset tietotekniikan perusopinnot. Teemaopinnot voivat olla sen sijaan esimerkiksi korttikoulutuksia tai jonkin perusopintojen sisällön syventämistä.

Edelleen lisäksi opintokokonaisuuteen voidaan sisällyttää kansalaisopiston kursseja normaalista ohjelmasta mikäli ne ovat osaamisperusteisesti kuvattu ja arvioitavissa.

*Luvussa 9 kuvataan paikallisesti opintokokonaisuuden sisältö, laajuus, osaamistavoitteet ja osaamisen arviointi.*

## 9.Opintojen kuvaukset,osaamistavoitteet ja arviointi

9.1.Arkeen ja työhön – taitoja, hyvinvointia, yhteenkuuluvuutta!  
-opintokokonaisuuden kuvaus

Opintokokonaisuus koostuu kolmesta opintojaksosta: 1.perusjakso, 2. teemajakso ja 3. harrastekurssi. Perusjakso on yleistä toimintakykyä ja arjen taitoja kohentavaa ja ylläpitävää toimintaa, oman osaamisen ja vahvuuksien tunnistamista sekä liikkumiseen ja ravintoon liittyvän tietouden lisäämistä. Tavoitteena on itsetuntemuksen ja vuorovaikutustaitojen parantaminen, oppimis- ja työvalmiuksien kohentaminen sekä työ- ja opiskelumotivaation lisääminen. Teemajaksolla osaamista lisätään määritellyllä aihealueella. Harrastekurssiin osallistuminen on opiskelijan oman kiinnostuksen kohteen mukainen valinta.

## 1.Perusjakso: Arkeen ja työhön – taitoja, hyvinvointia, yhteenkuuluvuutta!

### Kuvaus

Opintojaksolla kartoitetaan osallistujan vahvuuksia ja osaamista ja asetetaan tavoite niiden kohentamiseksi. Toiminnallisella ja vuorovaikutteisella, erilaisissa oppimisympäristöissä tapahtuvalla ohjatulla toiminnalla parannetaan osallistujan itsetuntemusta, vuorovaikutustaitoja, oppimistaitoja, työnhakumotivaatiota, liikuntaan ja ravintoon liittyvää tietoutta sekä perustaitoja.

### Keskeinen sisältö

Jakson alussa kartoitetaan jokaisen vahvuudet ja osaamiset ja asetetaan henkilökohtainen tavoite. Ryhmässä suunnitellaan yhdessä oppimisympäristöjen valinta ja tavoitteiden saavuttamisen tavat.

## 1a Hoks ja osaamisprofiili

### Kuvaus

Oppija tekee yhdessä opettajan kanssa henkilökohtaisen oppijan kehityssuunnitelman, joka pohjautuu tähän opintosuunnitelmaan. Suunnitelmasta ilmenee aiempi osaaminen ja tälle opintojaksolle asetetut tavoitteet. Suunnitelman toteutumista seurataan ja sitä päivitetään. Oppija tekee osaamisprofiiliin valitsemallaan toteutusmuodolla.

### Opetuksen tavoitteet

Osaamisprofiilin tuottamisen tavoitteena on, että opiskelija osaa:

- tunnistaa ja kuvata omia vahvuuksiaan, osaamistaan ja taitojaan
- asettaa ja kuvata opintojaksolle tavoitteet ja seurata niiden toteutumista säännöllisesti yhdessä oman opettajan ja/tai opinto-ohjaajan kanssa
- suunnitella omaa tulevaisuuttaan
- kuvata oman roolinsa ja vastuunsa opintojen suunnittelussa ja suunnitelman toteutumisen seurannassa

## Arviointi

Arvioinnin kohteet:

- oppija on tehnyt kehityssuunnitelman ja osaamisprofiilin suunnitelman mukaisena toteutuksena
- oppija tekee tulevaisuuttaan, opintojaan ja uraansa koskevia valintoja
- oppija tunnistaa ja kuvaa kiinnostuksen kohteita, mahdollisuuksia ja tuen tarpeita
- oppija osaa valmistautua opiskelu- ja työpaikan hakuun ja oman osaamisen esittelyyn

## 1b Itsetuntemus ja oppimistaidot

### Kuvaus

Opiskelija ottaa vastuuta omaa elämäänsä koskevista ratkaisuista. Opiskelija vaikuttaa omaan elämäntilanteeseensa ja tulevaisuuteensa positiivisella tavalla. Opiskelija arvioi oman ikävaiheen mukaisesti toimintakykyään ja elämäntilannettaan. Opiskelija rakentaa realistista ja myönteistä minäkuvaa sekä vahvistaa itsetuntoaan. Opiskelija osaa toimia erilaisissa sosiaalisissa tilanteissa.

### Opetuksen tavoitteet

Itsetuntemuksen opetuksen tavoitteena on, että oppija osaa:

- kantaa vastuuta opetukseen osallistumisesta henkilökohtaisten tavoitteiden mukaisesti
- kantaa vastuunsa hänelle kuuluvista vastuutehtävistä ryhmässä
- oppija rakentaa realistista ja myönteistä minäkuvaa sekä vahvistaa itsetuntoaan
- tunnistaa omia vahvuuksiaan, voimavarojaan ja kehittämistarpeitaan
- arvostaa itseään sekä muita henkilöitä tasavertaisina yhteiskunnan jäseninä

### Arviointi

Itsetuntemuksen arvioinnissa käytetään kuvailevaa arviointia. Arvioinnin kohteet ovat:

- vastuullisuus, osallistuminen
- minäkuvan rakentaminen ja omien kehittämistarpeiden tunnistaminen
- oppija osaa hakea apua oman elämänsä tilanteiden selvittelyyn ja arvioi toimintaansa ohjattuna
- oppija harjoittelee itsearviointia, etsii väylää itsensä ilmaisuun ja sopeutuu normaaliin vuorokausirytmiiin

## 1c Ravinto ja liikunta

### Kuvaus

Opinnoissa vahvistetaan opiskelijan tietoja ja taitoja terveellisen, edullisen arkiruoan valmistamisessa. Oppija saa tietoa liikunnan merkityksestä hyvinvoinnille ja työssä jaksamiselle. Opintojaksolla kokeillaan erilaisia liikuntamuotoja. Opiskelujen yhteydessä tehdään yksi tai useampia luontoretkiä.

### Opetuksen tavoitteet

Ravinto ja liikuntajakson opetuksen tavoitteena on, että oppija:

- osaa huolehtia hyvinvoinnistaan, tarpeellisesta liikunnasta ja riittävästä levosta sekä vapaa-ajan harrastuksistaan
- tunnistaa ja on kokeillut itselleen soveltuvia liikuntamuotoja
- osaa suunnitella ravitsevan aterian ja hankkia siihen tarvikkeet
- osaa valmistaa ruokaa itselleen ja muille
- osaa liikkua itsenäisesti tutussa ympäristössä
- noudattaa selkeää ja hyvinvointia ylläpitävää päivärytmiä ja ymmärtää sen merkityksen opinnoissa, työelämässä ja elämässä laajemminkin

### Arviointi

Arvioinnin kohteet:

- oppija osaa tehdä arjen askareita, kuten valmistaa ruokaa ja siivota yksin tai yhdessä muiden kanssa
- oppija noudattaa päivärytmiä ja osallistuu opetukseen henkilökohtaisen tavoitteensa mukaisesti
- oppija huolehtii terveydestään ja toimintakyvystään ja edistää liikunnan avulla opiskelu- ja työkykyään sekä hyvinvointiaan
- osallistuminen liikuntakokeiluihin
- oppimisen arvioinnin perustana käytetään opiskelijan omia tavoitteita ja kehittymistä
- opiskelijan fyysisen ja psyykkisen toimintakyvyn kehittyminen

## 1d Viestintä - ja vuorovaikutustaidot

### Kuvaus

Vuorovaikutus- ja viestintätaitoja vahvistetaan opintojen aikana siten, että osallistuja kehittää taitoaan toimia tavoitteellisesti, rakentavasti ja eettisesti erilaisissa vuorovaikutustilanteissa. Hän oppii havainnoimaan omaa viestintäänsä ja tunnistamaan vahvuuksiaan ja kehittämiskohteitaan.

### Opetuksen tavoitteet

Viestintä- ja vuorovaikutustaitojen opetuksen tavoitteena on, että oppija osaa:

- ilmaista itseään puhumalla, kirjoittamalla ja visuaalisesti erilaisissa viestintäympäristöissä ja -tilanteissa
- kuunnella muita ja tulkita erilaisia kulttuurisen ilmaisun muotoja
- ottaa puheeksi asioita
- keskustella ja perustella näkemyksensä
- toimia erilaisista taustoista tulevien ihmisten kanssa
- ottaa huomioon oman toimintansa merkityksen ryhmässä ja yhteisössä
- tervehtiä ja käyttäytyä hyvän tavan mukaisesti erilaisissa sosiaalisissa tilanteissa
- esiintyä itselleen luontaisella tavalla
- toimia aktiivisesti ja rakentavasti ryhmässä ja tarvittaessa ohjata ryhmää
- rakentaa sosiaalisia suhteita ja pitää niitä yllä

## Arviointi

Arvioinnin kohteet:

- oppija osaa ilmaista itseään ja esiintyä itselleen luontaisella tavalla
- oppija osaa keskustella erilaisista taustoista tulevien ihmisten kanssa ja perustella omat näkemyksensä
- oppija osaa toimia aktiivisesti ja rakentavasti ryhmän jäsenenä
- oppija osaa toimia eettisesti sosiaalisessa mediassa

## 1e Matematiikkaa arjessa

### Kuvaus

Opintojen aikana vahvistetaan osallistujan matemaattis-loogista ajattelua, sekä perusopetuksessa hankittuja matemaattisia taitoja. Hän harjaantuu lähestymään ongelmia matematiikan näkökulmasta ja ratkaisemaan niitä matematiikan keinoin. Opintoissa hyödynnetään erilaisia ongelmanratkaisustrategioita, etsitään luovasti syy-seuraussuhteita ja opitaan perustelemaan tehtyjä ratkaisuja. Opintojen aikana kerrataan keskeisiä matematiikan käsitteitä sekä vahvistetaan matemaattista lukutaitoa oppijan henkilökohtaisen ja yleisen arjessa selviytymisen näkökulmasta.

### Opetuksen tavoitteet

Matemaattisten perustaitojen ja ongelmanratkaisutaitojen opetuksen tavoitteena on, että oppija osaa:

- tehdä laskutoimituksia, mittayksiköiden muunnoksia ja soveltaa talousmatematiikkaa oman alan ja arkielämän edellyttämässä laajuudessa
- tuottaa havaintoja ja päätelmiä kuvioiden ja kappaleiden geometrioista ja ominaisuuksista
- käyttää loogista päättelykykyä, yhtälöitä ja tarvittavia teknisiä apuvälineitä arjen matemaattisten ongelmien ratkaisemiseen
- hahmottaa tulosten oikeellisuutta ja suuruusluokkaa sekä käytettyä ratkaisumenetelmää

- suunnitella omaa talouttaan kustannustietoisesti ja kestäväen elämäntavan mukaisesti

## Arviointi

Arvioinnin kohteet:

- oppija käyttää matemaattisia perustaitojaan ja suoriutuu peruslaskutoimituksista arkipäivän laskutehtävien ratkaisemisessa
- oppija osaa etsiä ja löytää erilaisia lähestymis- ja ratkaisutapoja ongelmiin
- oppija perustelee tekemänsä ratkaisut loogisesti
- osaamisen arvioinnissa käytetään kuvailevaa arviointia
- arvioinnissa ilmaistaan sanallisesti, miten opiskelija suoriutuu valituista osa-alueista.

## 2. Teemajakso:

### Kuvaus

Teemajaksona voidaan paikallisesti tarjota kohderyhmän tarpeen mukaiset opinnot. Yksi tärkeimmistä nykypäivän ja tulevaisuuden taitona on tietotekniikan perustaidot, joka on otettu tähän opetussuunnitelmaan teemajakson aiheeksi. Opinnot perustuvat kansalliseen Osovat taidot -digitaalisten osaamismerkkijärjestelmään.

## Tietotekniikan perustaidot

### Laajuus 3op

### Kuvaus

Tietotekniikan perustaitoihin kuuluu digitaalisten laitteiden ja palveluiden turvallinen ja vastuullinen käyttö viestinnässä ja asiointissa, tiedon etsiminen digitaalisissa ympäristöissä ja tiedon luotettavuuden arviointi sekä henkilökohtaisten tietojen ja yksityisyyden suojaaminen. Lisäksi perustaitoihin kuuluu yleisimpien toimistosovellusten käyttäminen sekä digitaalisten sisältöjen hyödyntäminen, tuottaminen ja jakaminen tekijänoikeuksia noudattaen.

## Opetuksen tavoitteet

Tieto- ja viestintäteknisten laitteiden valinta ja käyttö

Opiskelija

- valitsee käyttötarkoituksen mukaiset laitteet ja sovellukset
- käyttää tarkoituksenmukaisia digitaalisia laitteita

Digitaalisten palveluiden ja sovellusten käyttö

## Opiskelija

- hakee, käsittelee ja jakaa eri muotoista tietoa
- arvioi digitaalisen sisällön luotettavuutta
- käyttää yleisimpiä tekstinkäsittely-, taulukkolaskenta- ja esitysgrafiikkasovelluksia
- käyttää tarkoituksenmukaisia digitaalisia palveluita ja sovelluksia työtehtävissään

## Vastuullinen ja turvallinen toiminta

### Opiskelija

- noudattaa tietosuoja- ja tietoturvaohjeistusta
- suojaa henkilökohtaisia tietojaan ja yksityisyyttään
- tunnistaa tyypillisimpiä kyber- ja tietoturvauhkia
- käyttää viestipalveluita ja sosiaalisen median palveluita vastuullisesti
- käyttää ja jakaa digitaalisia sisältöjä noudattaen tekijänoikeuksia
- tunnistaa digitaalisten laitteiden ja sovellusten käytön vaikutuksia terveyteen ja hyvinvointiin

## Digitaalisten ympäristöjen ja sovelluksien hyödyntäminen

### Opiskelija

- tunnistaa työnsä tai oman elämänsä kannalta keskeisiä verkkoyhteisöjä
- hyödyntää yhteisöllisen työskentelyn alustoja ja palveluita
- rakentaa ammatillista verkkoidentiteettiään

## Digitaalisten sisältöjen tuottaminen ja jakaminen

### Opiskelija

- tuottaa ja jakaa vastuullisesti digitaalista aineistoa ammattiinsa liittyvissä verkostoissa
- käyttää tai muokkaa sisältöjä huomioiden käyttö- ja tekijänoikeudet

## Keskeiset sisällöt

Tieto- ja viestintätekniisten laitteiden valinta ja käyttö

Digitaalisten palveluiden ja sovellusten käyttö

Vastuullinen ja turvallinen toiminta

Digitaalisten ympäristöjen ja sovelluksien hyödyntäminen

Digitaalisten sisältöjen tuottaminen ja jakaminen

## Arviointi

Opintojakson arvioinnissa käytetään Osuvat taidot osaamismerkkejä. Suoritus hyväksytään kun osallistuja on suorittanut kaikki kuusi merkkiä ja saanut Perusosaaja metamerkin.

Arvioinnin kohteet.

### Opiskelija

- valitsee käyttötarkoituksen mukaiset laitteet ja sovellukset
- käyttää tarkoituksenmukaisia digitaalisia laitteita

- hakee, käsittelee ja jakaa eri muotoista tietoa
- arvioi digitaalisen sisällön luotettavuutta
- käyttää yleisimpiä tekstinkäsittely-, taulukkolaskenta- ja esitysgrafiikkasovelluksia
- käyttää tarkoituksenmukaisia digitaalisia palveluita ja sovelluksia työtehtävissään
- noudattaa tietosuoja- ja tietoturvaohjeistusta
- suojaa henkilökohtaisia tietojaan ja yksityisyyttään
- tunnistaa tyypillisimpiä kyber- ja tietoturvauhkia
- käyttää viestipalveluita ja sosiaalisen median palveluita vastuullisesti
- käyttää ja jakaa digitaalisia sisältöjä noudattaen tekijänoikeuksia
- tunnistaa digitaalisten laitteiden ja sovellusten käytön vaikutuksia terveyteen ja hyvinvointiin
- tunnistaa työnsä tai oman elämänsä kannalta keskeisiä verkkoyhteisöjä
- hyödyntää yhteisöllisen työskentelyn alustoja ja palveluita
- rakentaa ammatillista verkkoidentiteettiään
- tuottaa ja jakaa vastuullisesti digitaalista aineistoa ammattiinsa liittyvissä verkostoissa
- käyttää tai muokkaa sisältöjä huomioiden käyttö- ja tekijänoikeudet

### 3. Harrastejakso

#### Kuvaus

Opintokokonaisuuteen voidaan liittää oppijan osallistuminen normaalille kansalaisopiston kurssille. Tällöin tavoitteena on ryhmässä toimiminen, vuorovaikutustaitojen lisääntyminen ja sosiaalisten kontaktien lisääminen sekä harrastuksen ja jonkin taidon karttumisen myötä saavutettava hyvinvointi.

Mikäli harrastejaksolla kertynyt osaaminen halutaan viedä Koski-tietokantaan, pitää kurssin olla osaamisperusteisesti kuvattu ja arvioitu. Harrastejaksosta saatava suoritemerkintä näkyy oppijan Opintopolussa erillisenä, ellei sitä ole kirjoitettu tähän opintosuunnitelmaan paikallisesti.