

KURSSIT PARKANON LUKIOSSA (OPS 2016)

ÄIDINKIELI

1. Tekstit ja vuorovaikutus (ÄI1) Opetellaan tunnistamaan, erittelemään ja tulkitsemaan erilaisia tekstilajeja, muiden muassa puhuttuja ja kirjoitettuja tekstejä, mediatekstejä ja kuvia. Keskeisiä sisältöjä ovat monilukutaito, puheviestintätilanteet, tiedonhankinta, lähdeviittaukset ja referointi.

2. Kieli, kulttuuri ja identiteetti (ÄI2)

Käsitellään mm. kielen ja kulttuurin suhdetta, kielen moninaisuutta ja vaihtelua ja niiden merkitystä identiteetin rakentumisessa. Harjoitellaan kirjoittamista prosessina.

3. Kirjallisuuden keinoja ja tulkintaa (ÄI3)

Tutustutaan kaunokirjallisuuden lajeihin ja harjoitellaan niiden erittelyä ja tulkintaa.

4. Tekstit ja vaikuttaminen (ÄI4)

Perehdytään vaikuttamisen keinoihin kirjoitetussa ja puhutussa viestinnässä sekä mediassa.

5. Teksti ja konteksti (ÄI5)

Tarkastellaan tekstejä maantieteellisessä, kielellisessä, ajallisessa ja kulttuurisessa kontekstissään ja suhteessa muihin teksteihin sekä harjoitellaan tunnistamaan tekstien tyylipiirteitä.

6. Nykykulttuuri ja kertomukset (ÄI6)

Tarkastellaan nykykulttuurin ilmiöitä erityisesti kertomusten ja kertomuksellisuuden näkökulmasta. Tutustutaan nykykirjallisuuteen ja -kulttuuriin.

Valtakunnalliset syventävät kurssit

7. Puhe- ja vuorovaikutustaitojen syventäminen (ÄI7)

Opiskelija syventää ja monipuolistaa puhe- ja vuorovaikutustaitojaan ja niihin liittyviä tietojaan sekä kehittää kykyään ennakoita, mukauttaa ja arvioida viestintäänsä erilaisissa vuorovaikutustilanteissa. Opiskelija oppii arvioimaan puhe- ja vuorovaikutustaitojen merkitystä ihmissuhteissa, opiskelussa ja työelämässä. Opiskelijalle voidaan tarjota mahdollisuus osallistua toisen asteen puheviestintätaitojen päättökokeeseen eli Puhvi-kokeeseen.

8. Kirjoittamistaitojen syventäminen (ÄI8)

Opiskelija syventää taitojaan tuottaa erilaisia tekstejä, erityisesti asiatyylisiä laajoja aineistopohjaisia tekstejä. Opiskelija perehtyy ajankohtaisiin kulttuurin, median ja yhteiskunnallisen keskustelun aiheisiin.

9. Lukutaitojen syventäminen (ÄI9)

Opiskelija syventää ja monipuolistaa taitojaan eritellä, tulkita, tuottaa ja arvioida erilaisia tekstejä. Hänen kriittinen ja kulttuurinen lukutaitonsa syvenee. Opiskelija harjaantuu tuottamaan tekstien tulkintoja sekä puhuen että kirjoittaen.

Paikalliset syventävät kurssit

10. Lehtityön kurssi (ÄI10)

Opiskelijat perehtyvät monipuolisesti lehden tekemiseen ja toimittajan työhön. He opiskelevat hyvän lehtijutun tekemistä ja tekevät itse juttuja lukion lehteen.

11. Kirjallisuuskurssi (ÄI11)

Kirjallisuuskurssilla tutustutaan maailmankirjallisuuden klassikoihin ja nykykirjallisuuden ilmiöihin. Luetaan yhteisesti sovitteja ja itse valittuja kokonaisteoksia yhdessä sovitun määrän ja tehdään erilaisia niihin liittyviä töitä.

12. Luovan kirjoittamisen kurssi (ÄI12)

Kurssilla tutustutaan monipuolisesti luovan kirjoittamisen lajeihin ja tyyliin sekä kokeillaan sanataiteen keinoja käytännössä. Opiskelijoiden toiveiden mukaisesti voidaan myös syventyä tiettyyn luovan kirjoittamisen lajiin. Tekstien työstämisen ohella harjoitellaan myös palautteen antamista. Kurssilla syntyneistä teksteistä kootaan esimerkiksi antologia tai ne julkaistaan blogissa.

ENGLANTI

PAKOLLISET KURSSIT

Englannin pakolliset kurssit suoritetaan numerojärjestyksessä.

1. Englannin kieli ja maailmani (ENA01)

Kurssilla kartoitetaan opiskelijan kielitaidon eri osa-alueiden osaamista ja kehittämisen kohteita, analysoidaan ja arvioidaan omia kieltenopiskelutaitoja, asetetaan tavoitteita englannin opiskelulle ja etsitään keinoja oman ja yhteisen osaamisen kehittämiseksi. Kurssilla pohditaan maailman kielellistä monimuotoisuutta, englannin kieltä globaalina ilmiönä sekä kielitaitoa välineenä kasvattaa kulttuurista osaamista. Aihepiirit ja tilanteet liittyvät opiskeluun, nuoren elämänpiiriin ja kielenkäyttötarpeisiin.

2. Ihminen verkostoissa (ENA02)

Kurssilla harjoitellaan toimintaa kielelliseltä ja kulttuuriselta vaatavuudeltaan erilaisissa vuorovaikutustilanteissa eri viestintäkanavia käyttäen, myös kansainvälisessä kontekstissa. Syvennetään taitoa toimia aktiivisena keskustelijana ja toista kuuntelevana kielenkäyttäjänä. Harjaannutetaan taitoa muotoilla mielipiteitä sekä käydä merkitysneuvottelua. Monipuolistetaan erilaisissa vuorovaikutustilanteissa tarvittavien strategioiden valikoimaa. Kurssilla käsitellään ihmissuhteisiin liittyviä teemoja ja niiden yhteydessä psyykkistä, fyysistä ja sosiaalista hyvinvointia. Pohditaan myös teknologian ja digitalisaation merkitystä vuorovaikutukselle ja hyvinvoinnille.

3. Kulttuuri-ilmiöt (ENA03)

Kurssilla laajennetaan ja syvennetään opiskelijoiden monilukutaitoa. Kurssilla tehdään eri tekstilajien tuotoksia painottaen tekstilajille ominaista kielellistä tarkkuutta. Aihepiireinä ovat erilaiset kulttuuriset ilmiöt, englanninkieliset mediat sekä luova toiminta.

4. Yhteiskunta ja ympäröivä maailma (ENA04)

Kurssilla kehitetään tiedonhankintataitoja ja kriittistä lukutaitoa sekä harjoitellaan aktiivista toimijuutta englannin kielellä. Tutustutaan erilaisiin yhteiskunnallisista ilmiöistä käytäviin keskusteluihin erityisesti aktiivisen kansalaisuuden näkökulmasta. Pohditaan yksilöiden ja yhteisöjen vastuita ja toimintamahdollisuuksia, kuten ihmisoikeuskysymyksiä ja vaikuttamismahdollisuuksia kansalaisyhteiskunnassa.

5. Tiede ja tulevaisuus (ENA05)

Kurssilla syvennetään tekstin tulkinnan ja tuottamisen sekä tiedonhankinnan taitoja hakemalla tietoa opiskelijoita kiinnostavista tiedon- ja tieteenaloista. Harjaannutaan jakamaan omia tietoon tai mielipiteeseen perustuvia näkökantoja. Pohditaan erilaisia tulevaisuudenvisionaatioita erityisesti teknologian ja digitalisaation näkökulmista sekä englannin kielen asemaa kansainvälisenä tieteen ja teknologian kielenä. Aihepiirit nousevat eri tiedon- ja tieteenaloista.

6. Opiskelu, työ ja toimeentulo (ENA06)

Kurssilla syvennetään käsitystä kielitaidosta työelämätaidona ja sosiaalisena pääomana. Tutustutaan tekstilajeihin, joita opiskelijat kohtaavat mahdollisissa jatko-opinnoissa tai työelämässä. Pohditaan jatko-opinto- tai urasuunnitelmia ja työntekoa myös kansainvälisessä kontekstissa. Käsitellään talousasioita, jotka liittyvät itsenäistyvän, työelämään astuvan nuoren elämäntapaan, sekä laajempia talouden ilmiöitä.

VALINNAISET KURSSIT

Valtakunnalliset syventävät kurssit

7. Kestävä elämäntapa (ENA07)

Kurssilla syvennetään taitoa tulkita ja tuottaa englantia erilaisissa kirjallisissa vuorovaikutustilanteissa ja erilaisille yleisöille. Kurssilla analysoidaan tai tuotetaan eri tekstilajien tekstejä, kuten fiktiivisiä tai ei-fiktiivisiä, kertovia, kuvaavia, pohtivia, ohjaavia tai kantaa ottavia tekstejä. Kurssilla jatketaan oppimäärän pakollisten kurssien teemojen käsittelyä ekologisen, taloudellisen sekä sosiaalisesti ja kulttuurisesti kestävästä elämäntavasta näkökulmasta ottaen huomioon opiskelijoiden tarpeet tai kiinnostuksen kohteet. Suoritetaan vasta englannin pakollisten kurssien jälkeen.

8. Viesti ja vaikutus puhuen (ENA08)

Kurssilla syvennetään taitoa tuottaa kieltä suullisesti, taitoa ymmärtää puhuttua kieltä ja rakentaa dialogia. Vankennetaan puhumisen sujuvuutta sekä harjoitellaan valmistelua edellyttävää suullista tuottamista. Kurssilla kerrataan oppimäärän pakollisilla kursseilla käsitellyjä aihepiirejä tai niitä täydennetään opiskelijoiden tarpeiden mukaan. Suoritetaan vasta englannin pakollisten kurssien jälkeen.

Paikalliset soveltavat kurssit

0. Englannin niveltävä kurssi (ENA0)

Kurssin tavoitteena on perusteella opittujen rakenteiden ja keskeisen sanaston kertaaminen. Suoritetaan suoritettavaksi heti opintojen alussa ennen ENA01-kurssia.

9. Ylioppilaskirjoituksiin valmentava kurssi (ENA09)

Tavoitteena on parantaa opiskelijan mahdollisuuksia menestyä englannin ylioppilaskokeessa. Kurssilla kerrataan sanastoa ja kielioppia sekä keskitytään ylioppilaskirjoituksiin käytettäviin tehtävätyyppeihin ja niissä vaadittuihin vastaustekniikoihin. Suositellaan suoritettavaksi juuri ennen englannin ylioppilaskoetta.

RUOTSI

PAKOLLISET KURSSIT

1. Minun ruotsini (RUB1 01)

Kurssilla kerrataan ääntämistä, perussanastoa ja -rakenteita. Tavoitteena on innostaa opiskelijaa ruotsin kielen käyttöön ja luoda monipuolisia mahdollisuuksia käyttää ruotsin kieltä koulussa ja sen ulkopuolella. Käsiteltäviä aihepiirejä ovat esimerkiksi perhe, suku, harrastukset ja koulu.

2. Hyvinvointi ja ihmissuhteet (RUB1 02)

Kurssilla harjoitellaan erilaisia vuorovaikutustilanteita ja keskustelutaitoja. Tavoitteena on vahvistaa viestintätaitoja ja lisätä pohjoismaisen kulttuurin tuntemusta. Käsiteltäviä aihepiirejä ovat esimerkiksi ystävyys, hyvinvointi, ruoka ja vaatteet.

3. Kulttuuri ja mediat (RUB1 03)

Kurssilla harjoitellaan erilaisten tekstilajien tulkitsemis- ja tuottamistaitoja eri medioita hyödyntäen. Tavoitteena on harjoitella kertomaan omasta kotimaasta, kotipaikkakunnasta ja niiden perinteistä. Käsiteltäviä aihepiirejä ovat esimerkiksi Suomi ja suomenruotsalaisuus.

4. Monenlaiset elinympäristömme (RUB1 04)

Kurssilla kehitetään erilaisten tekstilajien tulkintaa ja tuottamista. Tavoitteena on pohtia monikulttuurisuutta ja laajentaa Pohjoismaista maantuntemusta. Käsiteltäviä aihepiirejä ovat esimerkiksi ajankohtaiset ilmiöt, sosiaalinen media ja kulutustottumukset.

5. Opiskelu- ja työelämää ruotsiksi (RUB1 05)

Kurssilla harjoitellaan työelämässä tarvittavia vuorovaikutustaitoja sekä pohditaan jatko-opintoja ja tulevaisuudensuunnitelmia. Käsiteltäviä aihepiirejä ovat esimerkiksi jatko-opinnot ja työnhaku.

VALINNAISET KURSSIT

Valtakunnalliset syventävät kurssit

6. Viesti ja vaikutus puhuen (RUB1 06)

Kurssilla syvennetään taitoa tuottaa kieltä suullisesti, taitoa ymmärtää puhuttua kieltä ja rakentaa dialogia. Tavoitteena on vahvistaa puhumisen sujuvuutta. Kurssilla kerrataan pakollisilla kursseilla käsitellyjä aihepiirejä.

Kurssi suositellaan suoritettavaksi toisena lukuvuotena tai myöhemmin. Kurssin lopuksi suoritetaan valtakunnallinen suullisen kielitaidon päättökoe, josta saa erillisen todistuksen.

7. Kestävä elämäntapa (RUB1 07)

Kurssilla syvennetään ruotsin kielen kirjallisia taitoja ja käsitellään kestävästä elämäntavasta eri näkökulmista. Kurssilla harjoitellaan muun muassa erilaisten tekstilajien kirjoittamista.

Kurssi suositellaan suoritettavaksi abivuonna. Kurssi suositellaan valittavaksi yhdessä ylioppilaskirjoituksiin valmentavan kurssin (RUB1 08) kanssa.

Paikalliset syventävät kurssit

8. Ylioppilaskirjoituksiin valmentava kurssi (RUB1 08)

Kurssilla kerrataan kielioppia ja sanastoa sekä harjoitellaan y-kuunteluita ja muita y-kokeen tehtävätyyppejä ja niihin tarvittavia vastausstrategioita. Tavoitteena on valmentaa opiskelijaa ruotsin kielen ylioppilaskokeeseen.

Kurssi arvioidaan suoritusmerkinnällä (S). Kurssi suositellaan suoritettavaksi abivuonna. Kurssi suositellaan valittavaksi yhdessä syventävän kurssin RUB1 07 kanssa.

9. Pohjoismainen kulttuurikurssi (RUB1 09)

Kurssilla syvennetään pohjoismaisen kulttuurin tuntemusta. Kurssin sisältö ja toteutustapa rakennetaan yhdessä osallistujien kanssa. Kurssi voidaan myös toteuttaa osittain tai kokonaan projektiluonteisesti esimerkiksi opintomatkana.

Kurssi suositellaan suoritettavaksi toisena opiskeluvuonna. Kurssi arvioidaan suoritusmerkinnällä (S).

Paikalliset soveltavat kurssit

0. Ruotsin niveltävä kurssi (RUB1 0)

Kurssin tavoitteena on perusasteella opittujen kielioppiasioiden kertaaminen, kielitaidon vahvistaminen ja viestintätilanteiden harjoittaminen. Käsiteltäviä aihepiirejä ovat esimerkiksi itsestä kertominen, matkustaminen ja arkipäivän tilanteet.

Niveltävä kurssi RUB1 0 suositellaan suoritettavaksi ennen pakollisia kursseja. Kurssi arvioidaan suoritusmerkinnällä (S).

RANSKA B3-kieli

VALINNAISET KURSSIT

Valtakunnalliset syventävät kurssit

1. Tutustutaan toisiimme ja uuteen kieleen (RB301)

Kurssilla tutustutaan ranskan kielen asemaan maailmassa. Tavoitteena on harjoitella vuorovaikutusta arkeen liittyvissä tilanteissa ja niissä tarvittavia viestintästrategioita sekä opetella tärkeimpiä kohteliaisuuteen liittyviä ilmauksia.

2. Matkalla maailmassa (RB302)

Kurssilla harjoitellaan selviytymistä erilaisissa matkustamiseen liittyvissä tilanteissa ja tavanomaisissa asiointitilanteissa. Opetellaan lisää erilaisten viestintästrategioiden käyttöä.

3. Elämän tärkeitä asioita (RB303)

Kurssilla harjoitellaan vuorovaikutustaitoja eri viestintäkanavia käyttäen. Aihepiirit ja tilanteet liittyvät nuorten jokapäiväiseen elämään, ihmissuhteisiin ja verkostoihin, kiinnostuksen kohteisiin, vapaa-ajan viettoon ja harrastuksiin.

4. Monenlaista elämää (RB304)

Kurssilla kiinnitetään huomiota sosiaalisten koodien mahdollisiin eroavuuksiin vuorovaikutuksessa. Harjoitellaan pienimuotoista kirjallista viestintää. Kurssin aihepiirit käsittelevät viestintää kulttuurien välisissä kohtaamisissa Suomessa ja ulkomailla.

5. Hyvinvointi ja huolenpito (RB305)

Kurssilla opetellaan toimimista keskustelijana ja toista kuuntelevana kielenkäyttäjänä arkipäiväisissä tilanteissa. Tavoitteena on tutustua erilaisiin hyvinvointiin, ihmissuhteisiin ja elämänvaiheisiin liittyviin teksteihin ja harjoitella keskustelemaan niihin liittyvistä asioista. Pohditaan myös teknologian ja digitalisaation tuomia muutoksia vuorovaikutukselle ja hyvinvoinnille.

6. Kulttuuri ja mediat (RB306)

Kurssilla vahvistetaan monilukutaitoa. Tavoitteena on tutustua ranskan kielisten maiden kulttuuri-ilmioihin ja medioihin ajankohtaisesta ja nuoria kiinnostavasta näkökulmasta.

7. Opiskelu, työ ja tulevaisuus (RB307)

Kurssilla kiinnitetään huomiota viestinnän kulttuuriseen sopivuuteen. Aihepiirit liittyvät kouluun, myöhempään opiskeluun ja työelämään sekä nuorten tulevaisuudensuunnitelmiin.

8. Yhteinen maapallomme (RB308)

Kurssilla jatketaan keskusteluharjoituksia ja kerrataan kielitietoa. Tutustutaan mahdollisuuksiin osallistua kansainväliseen yhteistyöhön. Aihepiirejä ovat esimerkiksi luonto, erilaiset asuinympäristöt sekä kestävä elämäntapa.

Paikalliset syventävät kurssit

9. Suullisen kielitaidon kurssi (RB309)

Kurssilla kerrataan sanastoa ja harjoitellaan ääntämistä sekä keskeisiä suullisen viestinnän tilanteita. Tavoitteena on vahvistaa puhumisen sujuvuutta.

Kurssi suositellaan suoritettavaksi abivuonna. Osana kurssia suoritetaan suullisen kielitaidon koe, josta opiskelija saa todistuksen.

10. Ylioppilaskirjoituksiin valmentava kurssi (RB310)

Kurssilla kerrataan sanastoa ja kielioppia sekä keskitytään ylioppilaskirjoituksissa käytettäviin tehtävätyyppeihin ja niissä vaadittuihin vastaustekniikoihin. Tavoitteena on valmentaa opiskelijaa ranskan kielen ylioppilaskokeeseen.

Kurssi suositellaan suoritettavaksi abivuonna.

11. Kulttuuriprojektikurssi (RB311)

Kurssilla syvennetään ranskan kielisten maiden kulttuurin tuntemusta. Kurssin sisältö ja toteutustapa rakennetaan yhdessä osallistujien kanssa. Kurssi voidaan myös toteuttaa osittain tai kokonaan projektiluonteisesti esimerkiksi opintomatkana.

Kurssi suositellaan suoritettavaksi toisena opiskeluvuotena. Kurssi arvioidaan suoritusmerkinnällä (S).

SAKSA B3

VALINNAISET KURSSIT

Valtakunnalliset syventävät kurssit

1. Tutustutaan toisiimme ja uuteen kieleen (SB301)

Kurssilla tutustutaan saksan kielen asemaan maailmassa. Tavoitteena on harjoitella vuorovaikutusta arkeen liittyvissä tilanteissa ja niissä tarvittavia viestintästrategioita sekä opetella tärkeimpiä kohteliaisuuteen liittyviä ilmauksia.

2. Matkalla maailmassa (SB302)

Kurssilla harjoitellaan selviytymistä erilaisissa matkustamiseen liittyvissä tilanteissa ja tavanomaisissa asiointitilanteissa. Opetellaan lisää erilaisten viestintästrategioiden käyttöä.

3. Elämän tärkeitä asioita (SB303)

Kurssilla harjoitellaan vuorovaikutustaitoja eri viestintäkanavia käyttäen. Aihepiirit ja tilanteet liittyvät nuorten jokapäiväiseen elämään, ihmissuhteisiin ja verkostoihin, kiinnostuksen kohteisiin, vapaa-ajan viettoon ja harrastuksiin.

4. Monenlaista elämää (SB304)

Kurssilla kiinnitetään huomiota sosiaalisten koodien mahdollisiin eroavuuksiin vuorovaikutuksessa. Harjoitellaan pienimuotoista kirjallista viestintää. Kurssin aihepiirit käsittelevät viestintää kulttuurien välisissä kohtaamisissa Suomessa ja ulkomailla.

5. Hyvinvointi ja huolenpito (SB305)

Kurssilla opetellaan toimimista keskustelijana ja toista kuuntelevana kielenkäyttäjänä arkipäiväisissä tilanteissa. Tavoitteena on tutustua erilaisiin hyvinvointiin, ihmisuhteisiin ja elämänvaiheisiin liittyviin teksteihin ja harjoitella keskustelemaan niihin liittyvistä asioista. Pohditaan myös teknologian ja digitalisaation tuomia muutoksia vuorovaikutukselle ja hyvinvoinnille.

6. Kulttuuri ja mediat (SB306)

Kurssilla vahvistetaan monilukutaitoa. Tavoitteena on tutustua saksankielisten maiden kulttuuri-ilmioihin ja medioihin ajankohtaisesta ja nuoria kiinnostavasta näkökulmasta.

7. Opiskelu, työ ja tulevaisuus (SB307)

Kurssilla kiinnitetään huomiota viestinnän kulttuuriseen sopivuuteen. Aihepiirit liittyvät kouluun, myöhempään opiskeluun ja työelämään sekä nuorten tulevaisuudensuunnitelmiin.

8. Yhteinen maapallomme (SB308)

Kurssilla jatketaan keskusteluharjoituksia ja kerrataan kielitietoa. Tutustutaan mahdollisuuksiin osallistua kansainväliseen yhteistyöhön.

Aihepiirejä ovat esimerkiksi luonto, erilaiset asuinympäristöt sekä kestävä elämäntapa.

Paikalliset syventävät kurssit

9. Suullisen kielitaidon kurssi (SB309)

Kurssilla kerrataan sanastoa ja harjoitellaan ääntämistä sekä keskeisiä suullisen viestinnän tilanteita. Tavoitteena on vahvistaa puhumisen sujuvuutta.

Kurssi suositellaan suoritettavaksi abivuonna. Osana kurssia suoritetaan suullisen kielitaidon koe, josta opiskelija saa todistuksen.

10. Ylioppilaskirjoituksiin valmentava kurssi (SB310)

Kurssilla kerrataan sanastoa ja kielioppia sekä keskitytään ylioppilaskirjoituksissa käytettäviin tehtävätyyppeihin ja niissä vaadittuihin vastustekniikoihin. Tavoitteena on valmentaa opiskelijaa saksan kielen ylioppilaskokeeseen.

Kurssi suositellaan suoritettavaksi abivuonna.

11. Kulttuuriprojektikurssi (SB311)

Kurssilla syvennetään saksankielisten maiden kulttuurin tuntemusta. Kurssin sisältö ja toteutustapa rakennetaan yhdessä osallistujien kanssa.

Kurssi voidaan myös toteuttaa osittain tai kokonaan projektiluonteisesti esimerkiksi opintomatkana.

Kurssi suositellaan suoritettavaksi toisena opiskeluvuotena. Kurssi arvioidaan suoritusmerkinnällä (S).

ESPANJA

VALINNAISET KURSSIT

Valtakunnalliset syventävät kurssit

Syventävät kurssit suoritetaan numerojärjestyksessä, paitsi kurssi ESB306 suoritetaan vasta kurssin ESB307 jälkeen.

1. Tutustutaan toisiimme ja uuteen kieleen (ESB301)

Kurssilla tutustutaan espanjan kielen asemaan maailmassa ja hahmotetaan sen suhdetta opiskelijoiden aiemmin opiskeleemiin tai osaamiin kieliin. Harjoitellaan kohteliasta vuorovaikutusta arjen tilanteissa. Tutustutaan erilaisiin viestintästrategioihin sekä espanjan ääntämiseen.

2. Matkalla maailmassa (ESB302)

Kurssilla harjoitellaan selviytymistä erilaisissa sosiaalisen kohtaamisen tilanteissa ja tavanomaisissa asiointitilanteissa. Opetellaan lisää erilaisia kielellisiä kompensatiokeinoja ja syvennetään ääntämisen harjoittelua.

3. Elämän tärkeitä asioita (ESB303)

Kurssilla opetellaan toimimaan vuorovaikutuksessa erilaisia viestintäkanavia käyttäen. Aihepiirit ja tilanteet liittyvät nuorten jokapäiväiseen elämään, ihmisuhteisiin ja verkostoihin, kiinnostuksen kohteisiin, vapaa-ajan viettoon ja harrastuksiin.

4. Monenlaista elämää (ESB304)

Kurssilla kiinnitetään huomiota sosiaalisten koodien mahdollisiin eroavuuksiin vuorovaikutuksessa. Harjoitellaan pienimuotoista kirjallista viestintää. Kurssin aihepiirejä ovat esimerkiksi matkajärjestelyt, lentomatkastaminen, Suomesta kertominen ja vertailu muihin maihin.

5. Hyvinvointi ja huolenpito (ESB305)

Kurssilla opetellaan eri viestintäkanavia käyttäen toimimista keskustelijana ja toista kuuntelevana kielenkäyttäjänä erilaisissa vuorovaikutustilanteissa. Harjoitellaan taitoa muotoilla mielipiteitä ja käydä merkitysneuvotteluja arkipäiväiseen elämään liittyvistä asioista.

Aihepiirejä ovat matkasta kertominen, terveys ja hyvinvointi, elämänvaiheet sekä teknologian tuomat muutokset elämään.

6. Kulttuuri ja mediat (ESB306)

Kurssilla vahvistetaan monilukutaitoa. Tutustutaan espanjankielisten maiden kulttuuri-ilmioihin ja medioihin ajankohtaisesta ja nuoria kiinnostavasta näkökulmasta. Opetellaan ilmaisemaan mielipiteitä kulttuurin kuluttajana ja harrastajana. Aihepiirejä ovat elokuvat ja kirjallisuus, musiikki, taide, tanssi ja urheilu.

Suoritetaan kurssin ESB307 jälkeen.

7. Opiskelu, työ ja tulevaisuus (ESB307)

Kurssilla kiinnitetään huomiota viestinnän kulttuuriseen sopivuuteen. Opetellaan toimimaan keskeisissä opiskeluun ja työnhakuun liittyvissä arkipäivän tilanteissa. Aihepiirit liittyvät kouluun, myöhempään opiskeluun ja työelämään sekä nuorten tulevaisuudensuunnitelmiin.

8. Yhteinen maapallomme (ESB308)

Kurssilla jatketaan keskusteluharjoituksia ja kerrataan kielitietoa opiskelijoiden tarpeiden mukaan. Tutustutaan mahdollisuuksiin osallistua kansainväliseen yhteistyöhön. Aihepiirit nousevat luonnosta, erilaisista asuinympäristöistä sekä kestävästä elämäntavasta. Niitä ovat Yhdysvaltojen espanjankielinen väestö, maahanmuutto, luonnon- ja eläintensuojelu, kuluttaminen ja kierrätys.

Paikalliset soveltavat kurssit

9. Suullisen kielitaidon kurssi (ESB309)

Kurssilla kerrataan sanastoa ja harjoitellaan ääntämistä ja keskeisiä suullisen viestinnän tilanteita. Kurssi suositellaan suoritettavaksi abivuonna. Osana kurssia suoritetaan suullisen kielitaidon koe, josta opiskelija saa todistuksen.

10. Ylioppilaskirjoituksiin valmentava kurssi (ESB310)

Tavoitteena on parantaa opiskelijan mahdollisuuksia menestyä B-kielen ylioppilaskokeessa. Kurssilla kerrataan sanastoa ja kielioppia sekä keskitytään ylioppilaskirjoituksissa käytettäviin tehtävätyyppeihin ja niissä vaadittuihin vastustekniikoihin.

Kurssi arvioidaan suoritusmerkinnällä (S). Kurssi suositellaan suoritettavaksi abivuonna.

11. Kulttuuriprojektikurssi (ESB311)

Kurssin tavoitteena on syventää opiskeltavan kielen kulttuurin tuntemusta. Kurssin sisältö ja toteutustapa rakennetaan yhdessä osallistujien kanssa. Kurssi voidaan myös toteuttaa osittain tai kokonaan projektiluontoisesti esimerkiksi opintomatkana. Kurssi arvioidaan suorituserkinnällä (S).

MATEMATIIKAN yhteinen opintokokonaisuus

Pakollinen kurssi

1. Luvut ja lukujonot (MAY01)

Kurssilla kerrataan peruslaskutoimituksia ja prosenttilaskentaa. Käsitellään funktioita, niiden piirtämistä ja tulkintaa. Opiskellaan lukujonoja ja niiden summia. Tutustuaan logaritmiin ja potensseihin, sekä niiden väliseen yhteyteen. Kurssi suoritetaan ensimmäisenä vuonna.

PAIKALLISET KURSSIT

Syventävä

0. Matematiikan johdantokurssi (MAY00)

Kurssilla kerrataan peruskoulun matematiikan keskeisiä sisältöjä. Lisäksi tutustuaan lukion matematiikan opiskelussa käytettäviin ohjelmistoihin ja työtapoihin. Kurssi suoritetaan ensimmäisenä vuonna, ennen matematiikan pakollisia kursseja.

PITKÄN MATEMATIIKAN KURSSIT

PAKOLLISET KURSSIT

1. Luvut ja lukujonot (MAY1)

(Ks. kohta "Matematiikan yhteinen opintokokonaisuus"!)

2. Polynomifunktiot ja -yhtälöt (MAA2)

Kurssilla perehdytään toisen ja korkeamman asteen polynomifunktioihin ja harjaannutaan ratkaisemaan vastaavia polynomiyhtälöitä ja myös yksinkertaisia epäyhtälöitä. Lisäksi opitaan käyttämään teknisiä apuvälineitä ratkaistaessa näihin liittyviä sovellusongelmia. Kurssi suoritetaan kurssin MAY1 jälkeen ensimmäisenä lukuvuonna.

3. Geometria (MAA3)

Kurssilla harjaannutaan hahmottamaan ja kuvaamaan tason ja avaruuden tilaa ja muotoa, käyttämään geometrista tietoa sisältäviä lauseita, tutkimaan kuvioiden ja kappaleiden ominaisuuksia ja yhdenmuotoisuutta sekä soveltamaan Pythagoraan lausetta ja vinokulmaisen kolmion trigonometriaa. Lisäksi opitaan käyttämään teknisiä apuvälineitä näihin liittyvien sovellusongelmien ratkaisemisessa. Kurssi suoritetaan kurssin MAA2 jälkeen ensimmäisenä lukuvuonna.

4. Vektorit (MAA4)

Kurssilla opitaan ymmärtämään vektorikäsite ja perehdytään vektorilaskennan perusteisiin, harjaannutaan tutkimaan kuvioiden ominaisuuksia, tason ja avaruuden pisteitä, etäisyyksiä ja kulmia vektoreiden avulla ja harjaannutaan ratkaisemaan yhtälöryhmiä. Lisäksi opitaan käyttämään teknisiä apuvälineitä ratkaistaessa näihin liittyviä sovellusongelmia. Kurssi suoritetaan kurssin MAA3 jälkeen ensimmäisenä lukuvuonna.

5. Analyttinen geometria (MAA5)

Kurssilla opitaan ymmärtämään analyttisen geometrian luomat yhteydet geometristen ja algebrallisten käsitteiden välille sekä pistejoukon yhtälön käsite, harjaannutaan tutkimaan yhtälöiden avulla pisteitä, suoria ja toisen asteen käyriä sekä ratkaisemaan yksinkertaisia itseisarvoyhtälöitä ja -epäyhtälöitä. Lisäksi opitaan käyttämään teknisiä apuvälineitä näihin liittyvien sovellusongelmien ratkaisemisessa. Kurssi suoritetaan kurssin MAA4 jälkeen toisena lukuvuonna.

6. Derivaatta (MAA6)

Kurssilla tutustutaan rationaalifunktioihin ja opitaan ratkaisemaan rationaaliyhtälöitä ja myös yksinkertaisia rationaaliepäyhtälöitä, omaksutaan havainnollinen käsitys funktion raja-arvosta, jatkuvuudesta ja derivaatasta, opitaan määrittämään yksinkertaisten funktioiden derivaatat ja tutkimaan derivaatan avulla funktion kulkua ja määrittämään sen ääriarvot sekä suurin ja pienin arvo. Lisäksi opitaan käyttämään teknisiä apuvälineitä näihin liittyvissä sovelluksissa. Kurssi suoritetaan kurssin MAA5 jälkeen toisena lukuvuonna.

7. Trigonometriset funktiot (MAA7)

Kurssilla tutkitaan trigonometrisia funktioita yksikköympyrän avulla ja ratkaistaan yksinkertaisia trigonometrisia yhtälöitä, opitaan tuntemaan trigonometristen funktioiden välisiä yhteyksiä, derivoimaan trigonometrisia funktioita ja mallintamaan trigonometrisia funktioita käyttäen jaksollisia ilmiöitä. Lisäksi opitaan käyttämään teknisiä apuvälineitä ratkaistaessa näihin liittyviä sovelluksia. Kurssi suoritetaan kurssin MAA6 jälkeen toisena lukuvuonna.

8. Juuri- ja logaritmfunktiot (MAA8)

Kurssilla kerrataan potenssien laskusäännöt mukaan lukien murtopotenssit, opitaan tuntemaan juuri-, eksponentti- ja logaritmfunktion ominaisuudet, opitaan ratkaisemaan vastaavia yhtälöitä, ja derivoimaan juuri-, eksponentti- ja logaritmfunktiot sekä tutkimaan näitä funktioita niiden derivaattojen avulla samoinkuin hyödyntämään eksponenttifunktiota mallinnettaessa kasvamis- ja vähenemisiilmiöitä. Lisäksi opitaan käyttämään teknisiä apuvälineitä vastaavien sovellusongelmien ratkaisemisessa. Kurssi suoritetaan kurssin MAA7 jälkeen toisena lukuvuonna.

9. Integraalilaskenta (MAA9)

Kurssilla opitaan ymmärtämään integraalifunktion käsite, määrittämään alkeisfunktioiden integraalifunktioita, määrätyn integraalin käsite ja sen yhteys pinta-alaan, harjaannutaan määrittämään pinta-aloja ja tilavuuksia määrätyn integraalin avulla ja perehdytään myös muutamisiin muihin integraalilaskennan sovelluksiin. Lisäksi opitaan käyttämään teknisiä apuvälineitä ratkaistaessa näihin liittyviä sovellusongelmia.

Kurssi suoritetaan kurssin MAA8 jälkeen toisena lukuvuonna.

10. Todennäköisyys ja tilastot (MAA10)

Kurssilla opitaan havainnollistamaan diskreettejä ja jatkuvia tilastollisia jakaumia sekä määrittämään niiden tunnuslukuja, perehdytään kombinatorisiin menetelmiin, todennäköisyyden käsitteeseen ja todennäköisyyksien laskusääntöihin, opitaan ymmärtämään diskreetin todennäköisyysjakauman käsite odotusarvoineen ja perehdytään jatkuvan todennäköisyysjakauman käsitteeseen sekä opitaan soveltamaan normaalijakaumaa. Lisäksi opitaan käyttämään teknisiä apuvälineitä vastaavissa sovellusongelmissa. Kurssi suoritetaan kurssin MAA9 jälkeen kolmantena lukuvuonna.

VALTAKUNNALLISET SYVENTÄVÄT KURSSIT

11. Lukuteoria ja todistaminen (MAA11)

Kurssilla perehdytään logiikan alkeisiin ja tutustutaan erilaisiin todistusperiaatteisiin todistamista harjoitellen, opitaan hallitsemaan lukuteorian peruskäsitteet ja perehdytään alkulukujen ominaisuuksiin, harjaannutaan tutkimaan kokonaislukujen jaollisuutta jakoyhtälön ja kongruenssin avulla sekä syvennetään ymmärrystä lukujonoista ja niiden summista. Lisäksi opitaan käyttämään teknisiä apuvälineitä lukujen ominaisuuksien tutkimisessa. Kurssi voidaan suorittaa jo kurssin MAA2 jälkeen ensimmäisenä tai toisena lukuvuonna.

12. Algoritmit matematiikassa (MAA12)

Kurssilla syvennetään algoritmista ajattelua sekä opitaan tutkimaan ja selittämään algoritmien toimintaa samoinkuin ymmärtämään iteroinnin käsite, ratkaisemaan epälineaarisia yhtälöitä numeerisesti, tutkimaan polynomien jaollisuutta sekä määrittämään polynomien tekijät, muutosnopeus ja pinta-ala numeerisesti. Lisäksi opitaan käyttämään teknisiä apuvälineitä algoritmien tutkimisessa ja erilaisissa laskutoimituksissa. Kurssi voidaan suorittaa samanaikaisesti kurssin MAA9 kanssa toisena lukuvuonna.

13. Differentiaali- ja integraalilaskennan jatkokurssi (MAA13)

Kurssilla syvennetään differentiaali- ja integraalilaskennan teoreettisten perusteiden tuntemusta, opitaan tutkimaan aidosti monotonisten funktioiden käänteisfunktioita, täydennetään integraalilaskennan taitoja soveltaen niitä myös jatkuvien todennäköisyysjakaumien tutkimiseen ja perehdytään lukujonojen raja-arvoon, niiden summiin ja sarjoihin. Lisäksi opitaan käyttämään teknisiä apuvälineitä näihin liittyvissä sovellusongelmissa. Kurssi voidaan suorittaa kurssin MAA9 jälkeen kolmantena lukuvuonna.

PAIKALLISET KURSSIT

0. Matematiikan johdantokurssi (MAY0)

(Ks. kohta "Matematiikan yhteinen opintokokonaisuus!")

Soveltava

14. Pitkän matematiikan kertauskurssi (MAA14)

Kurssilla kerrataan pitkän matematiikan pakollisten kurssien keskeiset sisällöt syventäen samalla ymmärrystä niiden sisällöstä, annetaan yhtenäinen ja jäsennelly kuva lukion pitkän matematiikan oppimäärästä sekä valmentaudutaan pitkän matematiikan yo-kokeeseen ja myös jatko-opintoihin, joissa tarvitaan pitkän oppimäärän tasoista matematiikan osaamista. Kurssi suoritetaan viimeisenä kurssina ennen yo-kirjoituksia kolmantena lukuvuonna.

LYHYEN MATEMATIIKAN kurssit

Pakolliset kurssit

2. Lausekkeet ja yhtälöt (MAB02)

Kurssilla harjoitellaan ongelmien muotoilemista yhtälöiksi. Käsitellään suureiden välistä lineaarista riippuvuutta ja verrannollisuutta. Ratkotaan yhtälöitä ja yhtälöpareja, sekä tulkitaan ratkaisuja. Opetellaan toisen asteen yhtälön ratkaiseminen ja tutustuaan toisen asteen polynomifunktioon. Kurssi suoritetaan ensimmäisenä vuonna.

3. Geometria (MAB03)

Geometrian kurssilla opetellaan laskemaan kuvioiden ja kappaleiden pinta-aloja ja tilavuuksia. Käsitellään suorakulmisiin kolmioihin liittyvää matematiikkaa, kuten trigonometriaa ja Pythagoraan lausetta. Hyödynnetään geometrian tehtävissä yhdenmuotoisuutta. Kurssi suoritetaan ensimmäisenä vuonna.

4. Matemaattisia malleja (MAB04)

Kurssilla sovelletaan lineaarista ja eksponentiaalista mallia. Harjoitellaan potenssi- ja eksponenttiyhtälön ratkaisemista. Käsitellään lukujonoja matemaattisina malleina. Kurssi suoritetaan toisena vuotena.

5. Tilastot ja todennäköisyys (MAB05)

Kurssilla tulkitaan tilastoja ja käsitellään tulkintaan liittyviä käsitteitä, kuten regressio ja korrelaatio. Opetellaan todennäköisyyslaskennan peruslakeja ja malleja. Kurssilla voidaan toteuttaa tilastoihin liittyvä projektityö. Kurssi suoritetaan toisena vuotena.

6. Talousmatematiikka (MAB06)

Kurssilla tehdään indeksi-, kustannus-, rahaliikenne-, laina-, verotus- ja muita laskelmia. Sovelletaan taloudellisiin ongelmiin matemaattisia malleja lukujonojen ja summien avulla. Kurssia tehdään mahdollisuuksien mukaan vierailu esim. paikalliseen pankkiin. Kurssi suoritetaan toisena vuonna.

Valtakunnalliset syventävät kurssit

7. Matemaattinen analyysi (MAB07)

Kurssilla käsitellään polynomifunktioiden tulkintaa derivaatan avulla. Opiskellaan polynomifunktion merkin ja kulun tutkimista, sekä suurimman ja pienimmän arvon määrittäminen suljetulla välillä. Kurssi suoritetaan kolmantena vuonna.

8. Tilastot ja todennäköisyys II (MAB08)

Kurssilla syvennetään MAB5-kurssin sisältöä. Kurssin aiheet ovat normaalijakauma ja jakauman normittamisen käsitteet, toistokoe, binomijakauma ja luottamusvälin käsite. Kurssi suoritetaan kolmantena vuonna.

PAIKALLISET KURSSIT

Syventävä

9. Lyhyen matematiikan kertauskurssi (MAB9)

Kurssilla kerrataan MAY01 ja MAB2-MAB6 -kurssien sisältöä. Kurssin tavoitteena on valmentaa opiskelijaa yo-kirjoituksiin ja parantaa menestymismahdollisuuksia. Kurssi suoritetaan kolmantena vuonna.

FYSIIKAN KURSSIT

PAKOLLINEN KURSSI

1. Fysiikka luonnontieteenä (FY01)

Kurssilla pyritään herättämään syventävää kiinnostusta fysiikkaa ja sen opiskelua kohtaan, ymmärtämään kokeellisuuden ja mallintamisen merkitys luonnontieteellisen tiedon rakentamisessa, suunnittelemaan ja toteuttamaan yksinkertaisia luonnontieteellisiä kokeita, tutustumaan aineen ja maailmankaikkeuden rakenteeseen sekä opitaan käyttämään ja soveltamaan liikeilmiöiden käsitteitä arkielämän ilmiöissä. Lisäksi opitaan käyttämään tieto- ja viestintäteknologiaa opiskelun tukena. Kurssi suoritetaan ensimmäisenä fysiikan kurssina ensimmäisenä lukuvuonna.

VALTAKUNNALLISET SYVENTÄVÄT KURSSIT

2. Lämpö (FY02)

Kurssilla opitaan käyttämään ja soveltamaan lämpöilmiöiden käsitteitä jokapäiväisen elämän, ympäristön, yhteiskunnan ja teknologian ilmiöissä sekä tutkimaan aineen termodynaamiseen tilaan ja olomuodon muutoksiin liittyviä ilmiöitä, syvennetään ymmärtämystä energiasta fysiikan keskeisenä käsitteenä ja kehitetään valmiuksia osallistua ympäristöä ja teknologiaa koskevaan päätöksentekoon. Kurssi suoritetaan kurssin FY01 jälkeen ensimmäisenä lukuvuonna.

3. Sähkö (FY03)

Kurssilla opitaan käyttämään ja soveltamaan sähköön liittyviä käsitteitä jokapäiväisen elämän, ympäristön, yhteiskunnan ja teknologian ilmiöissä, harjaannutaan mallintamaan matemaattisesti ja käyttämään suureyhtälöitä, opitaan tutkimaan kokeellisesti sähköön liittyviä ilmiöitä ja tekemään sähköopin perusmittauksia sekä käyttämään tieto- ja viestintäteknologiaa tutkimusten tekemisessä. Kurssi suoritetaan kurssin FY02 jälkeen ensimmäisenä lukuvuonna.

4. Voima ja liike (FY04)

Kurssilla opitaan käyttämään ja soveltamaan voiman ja liikkeen käsitteitä jokapäiväisen elämän, ympäristön, yhteiskunnan ja teknologian ilmiöissä, ymmärtämään säilymislakien merkitys fysiikassa, opitaan tutkimaan kokeellisesti voimaan ja liikkeeseen liittyviä ilmiöitä sekä harjaannutaan graafisen esityksen käyttämisessä ja tuottamisessa. Kurssi suoritetaan kurssin FY03 jälkeen toisena lukuvuonna.

5. Jaksollinen liike ja aallot (FY05)

Kurssilla opitaan käyttämään ja soveltamaan liikkeen ja aaltojen käsitteitä jokapäiväisen elämän, ympäristön, yhteiskunnan ja teknologian ilmiöissä, perehdytään värähdys- ja aaltoliikkeen perusteisiin tutkimalla mekaanista värähtelyä ja ääntä sekä opitaan käyttämään tieto- ja viestintäteknologiaa mallintamisen välineenä. Kurssi suoritetaan kurssin FY04 jälkeen toisena lukuvuonna.

6. Sähkömagnetismi (FY06)

Kurssilla opitaan käyttämään ja soveltamaan sähkömagnetismin ja valoon liittyviä käsitteitä jokapäiväisen elämän, ympäristön, yhteiskunnan ja teknologian ilmiöissä, käyttämään tieto- ja viestintäteknologiaa tuotosten muodostamisessa ja harjaannutaan ilmaisemaan itseään fysiikalle ominaisilla tavoilla ja analysoimaan eri tietolähteiden argumentointia. Kurssi suoritetaan kurssin FY05 jälkeen toisena lukuvuonna.

7. Aine ja säteily (FY07)

Kurssilla opitaan käyttämään ja soveltamaan aineen ja säteilyn käsitteitä jokapäiväisen elämän, ympäristön, yhteiskunnan ja teknologian ilmiöissä ja syventämään kokonaiskuvaa fysiikasta aineen ja maailmankaikkeuden rakennetta selittävänä tieteenä. Kurssi suoritetaan kurssin FY06 kolmantena lukuvuonna.

PAIKALLISET KURSSIT

Soveltavat kurssit

8. Kokeellinen fysiikka (FY08)

Kurssilla tutustutaan fysiikan demonstraatioissa sovellettaviin perusmenetelmiin ja työtapoihin ja syvennetään käsitystä eri fysiikan kursseilla esitetyistä asioista kokeellista työskentelytapaa käyttäen. Kurssin suorittaminen voidaan aloittaa jo kurssin FY01 hyväksytyyn suorittamisen jälkeen ensimmäisenä lukuvuonna ja sen suorittamista voidaan jatkaa toisena ja kolmantena lukuvuonna.

9. Lukion fysiikan kokonaiskuva (FY09)

Kurssilla kerrataan eri fysiikan kursseilla esitetyjä keskeisiä asioita ja syvennetään käsitystä niistä ja liitetään käsitteellisesti yhteen fysiikan eri osa-alueet muodostaen niistä kokonaiskuva sekä valmentaudutaan yo-kirjoitusten fysiikan ainereaalikokeeseen. Kurssi suoritetaan viimeisenä fysiikan kurssina ennen yo-kirjoituksia.

KEMIA

PAKOLLINEN KURSSI

1. Kemiaa kaikkialla (KE01)

Kurssilla käsitellään atomin rakennetta, alkuaineiden ja yhdisteiden ominaisuuksia, sekä tutustutaan jaksolliseen järjestelmään. Aineiden ominaisuuksia opetellaan selittämään kemiallisten sidosten avulla. Kurssilla harjoitellaan turvallista kokeellista työskentelyä tutustumalla erotusmenetelmiin. Kurssin tavoitteena on antaa kokonaiskuva kemiasta yhteiskunnassamme ja jatko-opinnoissa. Kurssi suoritetaan ensimmäisenä vuotena.

VALINNAISET KURSSIT

Valtakunnalliset syväntävät kurssit

2. Ihmisen ja elinympäristön kemiaa (KE02)

Kurssilla opiskellaan orgaanista kemiaa. Opetellaan orgaanisia yhdisteitä ja niiden kuvaamista erilaisilla malleilla, sekä tutustutaan isomeriaan. Tutustutaan ainemäärän ja pitoisuuksiin. Kurssi suositellaan suoritettavan ensimmäisenä vuonna.

3. Reaktiot ja energia (KE03)

Kurssilla käsitellään reaktioyhtälöitä, niiden tasapainottamista ja laskennallisia tehtäviä. Perehdytään energiaan kemian näkökulmasta. Opiskellaan erilaisia kemiallisia reaktioita ja niiden sovelluksia.

Kurssi suositellaan suoritettavan ensimmäisenä vuonna.

4. Materiaalit ja teknologia (KE04)

Kurssilla käsitellään metallien ja polymeerien ominaisuuksia käyttöä. Opiskellaan sähkökemian keskeisiä periaatteita ja sovelluksia. Käsitellään atomien ulkoelektronirakennetta ja jaksollista järjestelmää alkuaineiden ominaisuuksien selittäjänä. Opetellaan kemiallisten reaktioiden laskennallista soveltamista. Kurssi suositellaan suoritettavan toisena vuonna.

5. Reaktiot ja tasapaino (KE05)

Kurssilla käsitellään kemiallisen reaktion nopeutta ja siihen vaikuttavia tekijöitä. Opiskellaan tasapainoreaktioiden kemiaa ja tasapainotilaan vaikuttavia tekijöitä. Käsitellään happojen ja emästen tasapainoreaktioita niin graafisesti kuin laskennallisesti. Kurssi suositellaan suoritettavaksi toisena vuonna.

PAIKALLISET KURSSIT

Syventävä

6. Kemian kertauskurssi (KE06)

Kertauskurssilla kerrataan ja syvennetään aikaisemmilla kemian kursseilla opittua. Tavoitteena on saada kokonaiskäsitys lukion kemian oppimäärästä ja parantaa mahdollisuuksia yo-kokeessa menetyksissä. Kurssi suositellaan suoritettavaksi kolmannen vuoden syksyllä.

Soveltava

7. Kemian työkurssi (KE07)

Kurssilla opetellaan laboratoriotyöskentelyn perusmenetelmiä ja työtapoja. Kurssilla syvennetään muiöoa kemian kursseilla esille tulleita käsitteitä kokeellisen työskentelyn avulla. Kurssi voi mahdollisuuksien mukaan sisältää vierailuja tai yhteistyötä muiden oppiaineiden ja kouluasteiden kanssa. Kurssille osallistuminen edellyttää KE01-kurssin hyväksytyä suoritusta. Kurssi suositellaan suoritettavaksi toisena vuonna.

BIOLOGIAN kurssit

Biologian kurssit suositellaan suoritettavan pakollisten, syventävien ja soveltavien kurssien osalta numerojärjestyksessä.

Poikkeuksena Vaelluskurssi, jonka voi suorittaa ilman vaadittavia pohjakursseja.

Pakolliset kurssit

1. Elämä ja evoluutio (BI1)

Johdanto biologian perusteisiin ja biologiseen ajatteluun. Tutustutaan elämän monimuotoisuuteen ja elämän kehittymiseen, ekosysteemien toimintaan ja eliöiden sopeutumiseen ympäristöönsä.

2. Ekologia ja ympäristö (BI2)

Tarkastellaan ekologian perusteita ja elämän monimuotoisuutta sekä sen uhkia Suomessa ja muualla maailmassa. Keskeisinä teemoina ovat luonnon monimuotoisuutta uhkaavat tekijät ja mahdollisuudet suojella monimuotoisuutta. Tehdään itsenäisesti tai yhteistyössä muiden kanssa pienimuotoinen ekologiaa tai ympäristön tilaa koskeva tutkimus tai kehittämisprojekti.

Valtakunnalliset syventävät kurssit

3. Solu ja perinnöllisyys (BI3)

Perehdytään solun rakenteeseen ja toimintaan sekä toiminnan ohjaamiseen. Perehdytään perinnöllisyyden perusteisiin ja solujen lisääntymiseen.

4. Ihmisen biologia (BI4)

Käsitellään ihmisen anatomiaa ja fysiologiaa, elintoimintojen säätelyä, elimistön sopeutumista ja puolustusmekanismeja.

5. Biologian sovellukset (BI5)

Perehdytään biologian erilaisiin sovelluksiin lääketieteessä, teollisuudessa, elintarviketuotannossa ja luonnonvarojen kestäväen kehityksen mukaisessa käytössä. Keskeisiä tarkastelun kohteita ovat geeniteknologian ja mikrobiologian erilaiset sovellukset. Opiskelija ymmärtää biologisen tutkimuksen merkityksen tulevaisuuden ongelmien ratkaisemisessa.

Paikalliset soveltavat kurssit

6. Biologian työ- ja kertauskurssi (BI6)

Perehdytään biologian eri osa-alueisiin käyttäen kokeellisia työmenetelmiä. Kurssi suoritetaan osallistumalla kokeelliseen työskentelyyn ja laatimalla töistä työselostukset. Kurssilla täydennetään ja kerrataan aiempien kurssien sisältöjä ja valmistaudutaan monipuolisen työskentelyn kautta biologian ylioppilaskirjoituksiin. Suositellaan erityisesti niille abiturienteille, jotka aikovat kirjoittaa ylioppilaskirjoituksissa biologian ainereaalikokeen. Kurssista annetaan suoritusmerkintä.

7. Vaelluskurssi (BI7)

Vaelluskurssin tarkoituksena on opetella retkeilyä ja vaelluksen perustaidot, tutustua Seitsemisen kansallispuiston metsä-, suo- ja harjualueeseen sekä jokamiehenoikeuksiin ja velvollisuuksiin. Kurssi toteutetaan viikonloppukurssina, jota edeltävät sovitut etukäteistunnit lukujärjestyksen ulkopuolella. Kurssista annetaan suoritusmerkintä.

MAANTIEDE

Kurssit GE1-GE5 suositellaan suoritettavan numerojärjestyksessä. Koulukohtaisia soveltavia kursseja suositellaan suoritettavan kurssien GE1, GE2 ja GE3 jälkeen.

Valtakunnallinen pakollinen kurssi

1. Maailma muutoksessa (GE1)

Perehdyttää opiskelijan muuttuvan maailman ja sen alueellisten ongelmien tarkasteluun. Kurssin aikana seurataan ajankohtaisuuksia eri puolilta maailmaa ja hahmotetaan globaaleja riskialueita sekä luonnonriskien, ympäristöriskien että ihmiskunnan riskien kannalta. Kurssi käsittelee myös eri puolilla maailmaa tapahtuvaa myönteistä kehitystä ja mahdollisuuksia hillitä, varautua, ennakoida sekä sopeutua riskeihin.

Valtakunnalliset syventävät kurssit

2. Sininen planeetta (GE2)

Tarkastellaan luonnonmaantieteen ilmiöitä ja syvennetään ilma-, vesi- ja kiviähdän rakenteen ja toiminnan tuntemusta. Keskeisenä näkökulmana ovat luonnossa tapahtuvat prosessit ja niihin liittyvät syy-seuraussuhteet. Kurssilla tutustutaan luonnonmaantieteen tutkimusmenetelmiin ja harjoitellaan geomediaa hyväksi käyttäen tulkitsemaan luonnonmaisemia ja niiden syntyä. Kurssi perehdyttää luonnonmaantieteellisen tiedon käyttöön yhteiskunnassa ja arkielämässä.

3. Yhteinen maailma (GE3)

Käsitellään maapalloa ihmisen asuinympäristönä, ihmismaantieteeseen. Tutustutaan maailman kulttuuripiireihin, väestömaantieteeseen, luonnonvaroihin, teollisuuteen, maankäyttöön ja kehityksen ohjailuun, tavoitteena kestävä kehitys. Kurssi perehdyttää ihmismaantieteellisen tiedon käyttöön yhteiskunnassa ja arkielämässä.

4. Geomedia – tutki, osallistu ja vaikuta (GE4)

Perehdyttää aiemmillä kursseilla hankittujen maantieteellisten tietojen ja taitojen soveltamiseen tutkielman laatimisessa tai osallistumis- ja vaikuttamisprojektin toteuttamisessa. Keskeisiä näkökulmia kurssilla ovat osallistuva suunnittelu, maailmanlaajuiset kehitystrendit ja geomedian käyttö tutkimuksessa ja vaikuttamisessa.

Paikalliset syventävät kurssit

5. Suomen maantiede (GE5)

Täydennetään tietämystä Suomen maantieteestä ja kulttuurista. Syvennetään ja kerrataan peruskoulussa saatua kuvaa kotimaasta ja kotiseudusta. Selvitellään maantieteeseen keskeisesti kuuluvia syy- ja seuraussuhteita. Aihekokonaisuuksista painottuu geomorfologia, kulttuuri-identiteetti ja kulttuurien tuntemus sekä kestävä kehitys.

6. Kehitysmaakurssi (GE6)

Syvennytään tarkastelemaan kehitysmaita ja niiden oloja. Teemaa syvennetään alueellisilla tai paikallisilla esimerkeillä, esim. Unicefin paikallisjärjestön toimintaan tutustumalla tai paikallisten kokemuksilla kehitysmaita. Kurssista annetaan suoritusmerkintä.

8. Maantieteen kertauskurssi (GE8)

Oppilas kehittää entisestään maantieteellistä ajattelutaitoaan. Kerrataan, kuinka havainnoidaan arkiympäristöjä sekä kuvataan luonnon ja ihmistoiminnan alueellisia ilmiöitä, rakenteita ja vuorovaikutussuhteita sekä pohditaan kriittisesti ajankohtaisia maailman tapahtumia ja niihin vaikuttavia tekijöitä. Täydennetään ja kerrataan aiempien kurssien sisältöjä ja valmistaudutaan monipuolisen työskentelyn kautta maantiedon ylioppilaskirjoituksiin. Suositellaan erityisesti niille abiturienteille, jotka aikovat kirjoittaa ylioppilaskirjoituksissa maantiedon ainereaalikokeen. Kurssista annetaan suoritusmerkintä.

Paikalliset soveltavat kurssit

7. Matkailumaantieteen kurssi (GE7)

Tutustutaan monipuolisesti ihmismaantieteen näkökulmasta matkailun teemoihin unohtamatta, että usein kaiken takana ovat luonnonmaantieteelliset muodostumat, jotka luovat rajoja matkailun toteuttamiselle ja kehittämislle. Kurssilla hyödynnetään mahdollisuuksien mukaan asiantuntijavierailijoita, tehdään vierailu johonkin alueelliseen matkailunharjoittajan yritykseen tai muihin matkailukohteisiin. Kurssista annetaan suoritusmerkintä.

USKONTO

PAKOLLISET KURSSIT

1. Uskonto ilmiönä – kristinuskon, juutalaisuuden ja islamin jäljillä (UE1)

Kurssilla opitaan ymmärtämään uskonnollisten ja ei-uskonnollisten katsomusten luonnetta ja sisäistä monimuotoisuutta, sekä jäsentämään uskontoa ilmiönä ja tuntemaan uskontojen tutkimusta. Keskeiseen sisältöön kuuluu myös tutustuminen juutalaisuuden, kristinuskon ja islamin kulttuuritaustaan, syntyyn, piirteisiin ja pyhiin kirjoihin, sekä yhteiskunnallisiin vaikutuksiin. Kurssi suoritetaan ensimmäisenä vuotena. Ensimmäisen kurssin suorittaminen on ehtona muille kursseille osallistumiselle. (Katso lisää kurssien suorittamisesta ja järjestämisestä alempana.)

2. Maailmanlaajuinen kristinuskon (UE2)

Kurssilla tutustutaan kristinuskon merkitykseen kulttuurin, yhteiskunnan ja yksilön näkökulmasta, eri puolilla maailmaa. Lisäksi perehdytään katolisen, ortodoksisen ja protestanttisen, erityisesti luterilaisen, kristillisyyden syntyyn, erityispiirteisiin, eettiseen ajatteluun ja yhteiskunnallisiin vaikutuksiin, sekä ajankohtaisiin kysymyksiin. Suositellaan suoritettavaksi toisena vuotena.

VALINNAISET KURSSIT

3. Maailman uskontoja ja uskonnollisia liikkeitä (UE3)

Kurssilla opitaan tuntemaan Intiassa, Kiinassa ja Japanissa syntyneitä uskontoja osana yksilön ja yhteisön elämää sekä niiden vaikutuksia kulttuuriin ja yhteiskuntaan, sekä länsimaihin. Lisäksi tutustutaan luonnonuskontoihin ja uusiin uskonnollisiin liikkeisiin. Mahdollisuuksien mukaan tehdään vierailuja.

4. Uskonto suomalaisessa yhteiskunnassa (UE4)

Kurssilla tutustutaan monipuolisesti uskonnon ja yhteiskunnan vuorovaikutukseen nyky-Suomessa. Perehdytään Suomen uskontotilanteeseen, suomalaiseen uskonnollisuuteen ja sekularisaatioon. Tutustutaan uskontoon yksilöiden ja perheiden elämässä ja tapakulttuurissa, sekä uskonnottomaan tapakulttuuriin Suomessa. Osana kurssia voidaan toteuttaa vapaaehtoisprojekti tai perehtyä jonkin uskonnollisen yhteisön yhteiskunnalliseen toimintaan.

5. Uskonnot tieteessä, taiteessa ja populaarikulttuurissa (UE5)

Kurssin tavoitteena on, että opiskelija tuntee uskonnon tutkimuksen näkökulmia ja menetelmiä eri tieteenaloilla sekä ajankohtaista tutkimusta sekä hahmottaa uskonnon ja taiteen suhdetta: uskonnollisen taiteen ja arkkitehtuurin merkitystä uskonnoissa ja uskontojen vaikutusta taiteen kehitykseen. Perehdytään siihen, miten uskonnollisen taiteen kautta ilmaistaan uskonnon, erityisesti kristinuskon, keskeisiä oppeja. Kurssilla käsitellään uskonnollisia teemoja, symboliikkaa ja myyttejä eri taidemuodoissa ja populaarikulttuurissa.

6. Uskonnot ja media (UE6)

Kurssilla tutustutaan uskontoon liittyviin ajankohtaisiin teemoihin mediassa. Kurssilla opitaan analysoimaan ja arvioimaan kriittisesti uskonnon ja median välisiä suhteita sekä uskontoon liittyvää informaatiota ja sen lähteitä. Kurssilla harjoitellaan mediasisällön tuottamista ja media-analyysin laatimista.

Paikalliset soveltavat kurssit

7. Kertauskurssi (UE7)

Kurssilla saa valmiuksia uskonnon ylioppilaskirjoituksiin, harjaantuu vahvaksi ja oivaltavaksi esseenkirjoittajaksi ja oppii yhdistelemään eri kurssien sisältöjä kokonaisuuksiksi myös ainerajat ylittäen. Kurssi suoritetaan viimeisenä vuotena.

Kurssin arviointi hyväksytty/hylätty

FILOSOFIA

PAKOLLISET KURSSIT

1. Johdatus filosofiseen ajatteluun (F101)

Kurssin tavoitteena on, että opiskelija hahmottaa filosofisia ongelmia ja niiden erilaisia mahdollisia ratkaisuja, ymmärtää, miten filosofiassa käsitteellistetään todellisuutta, tietämistä, toimintaa ja arvoja. Opiskelija oppii tunnistamaan erilaisia filosofisia, tieteellisiä ja arkisia käsitteitä todellisuudesta, sen tietämisestä ja siinä toimimisesta. Kurssi suositellaan suoritettavaksi 1. lukuvuonna.

2. Filosofinen etiikka (F102)

Kurssin tavoitteena on, että opiskelija perehtyy filosofisen etiikan tärkeimpiin ongelmiin, käsitteisiin ja teorioihin. sekä osaa arvioida elämää ja toimintaa moraalista näkökulmista sekä perustella arvioitaan etiikan käsittein. Opiskelija kykenee jäsentämään omia moraalisia ratkaisujaan ja perusteitaan filosofisen etiikan välinein. Kurssi suositellaan suoritettavaksi 1. tai 2. lukuvuonna FI01 kurssin jälkeen.

VALINNAISET KURSSIT

valtakunnalliset syventävät kurssit

3. Yhteiskuntafilosofia (F103)

Kurssilla tutustutaan yhteiskuntiin ja yhteiskunnallisiin instituutioihin. Opiskelija perehtyy yhteiskuntafilosofian keskeisiin käsitteisiin ja filosofeihin sekä valtaan ja vallan käsitteiden eri muotoihin. Lisäksi tarkastelun kohteena on työnjako, oikeudenmukaisuus sekä ajankohtaiset yhteiskuntafilosofiset kysymykset, kuten kestävän tulevaisuuden rakentaminen. Kurssi suositellaan suoritettavaksi 2. tai 3. lukuvuonna FI01 kurssin jälkeen.

4. Tieto, tiede ja todellisuus (F104)

Kurssin tavoitteena on, että opiskelija hahmottaa, mitä tieto ja tietäminen ovat filosofiassa, tieteessä ja arkielämässä. Opiskelija osaa arvioida, millaisia kuvia todellisuuden perusrakenteesta muodostuu filosofiassa, tieteessä ja katsomuksissa. Opiskelija oppii erittelemään ja arvioimaan kriittisesti tiedollisia uskomuksia ja väitteitä sekä oppii hahmottamaan tieteellisen tutkimuksen ja päättelyn luonnetta. Kurssi suositellaan suoritettavaksi 2. tai 3. lukuvuonna FI01 kurssin jälkeen.

PSYKOLOGIA

PAKOLLINEN KURSSI

1. Psykkinen toiminta ja oppiminen (PS01)

Kurssilla opiskelija saa käsityksen psykkinen toiminnan luonteesta ja oppii ymmärtämään ihmisen toimintaan vaikuttavia tekijöitä. Kurssilla tarkastellaan psykologian tutkimuskohteita ja –menetelmiä. Oppimisen psykologian perusteet tarjoavat opiskelijalle välineitä oman opiskelunsa tehostamiseen.

Opiskelija perehtyy kurssilla johonkin valinnaiseen ilmiöön, kuten aggressiivisuuteen, jännittämiseen, riippuvuuksiin, syömiskäyttäytymiseen, sosiaaliseen vuorovaikutukseen, onnellisuuteen tai rakkauteen.

Kurssi suoritetaan ensimmäisenä lukivuotena.

VALINNAISET KURSSIT

Valtakunnalliset syventävät

2. Kehittyvä ihminen (PS02)

Kurssilla perehdytään yksilön psykkinen kehitykseen ja siihen vaikuttaviin tekijöihin erityisesti lapsuudessa ja nuoruudessa. Opiskelija saa perustiedot hermoston rakenteesta ja toiminnasta.

3. Tietoa käsittelevä ihminen (PS03)

Kurssilla perehdytään kognitiivisiin prosesseihin, kuten tarkkaavaisuuteen, havaitsemiseen, muistiin, ongelmanratkaisuun ja päätöksentekoon. Opiskelija saa perustiedot aivotutkimuksesta ja kognitiivisten toimintojen hermostollisesta perustasta.

4. Tunteet, psykkinen hyvinvointi ja mielenterveys (PS04)

Kurssilla opiskellaan perustiedot tunteista ja niiden merkityksestä vuorovaikutukselle ja hyvinvoinnille. Unta ja nukkumista sekä stressiä ja siitä selviytymistä tarkastellaan hyvinvoinnin kannalta; opiskelija osaa tarkastella myös omaa psykkinen hyvinvointiaan psykkinen tiedon valossa. Kurssilla perehdytään mielenterveyden määrittelyyn, mielenterveyden häiriöihin sekä hoitomuotoihin.

5. Yksilöllinen ja yhteisöllinen ihminen (PS05)

Kurssilla syvennetään persoonallisuuden psykkinen keskeisten käsitteiden sekä teorioiden tuntemusta ja tutkimustapoja sekä kulttuurin vaikutusta persoonallisuuteen. Yksilön toimintaa tarkastellaan persoonallisuuden, tilan tekijöiden ja kulttuurin vuorovaikutuksen tuloksena. Tavoitteena on soveltaa persoonallisuuspsykologista ja sosiaalipsykologista tietoa erillisuuden ymmärtämiseen.

Kurssia suositellaan suoritettavaksi psykkinen kurseista viimeisenä (kuitenkin ennen kertauskurssia).

Paikalliset syventävät kurssit

6. Sosiaalipsykkinen perusteet (PS 06)

Kurssilla syvennetään sosiaalipsykkinen tietoja: perehdytään sosiaaliseen vuorovaikutukseen, asenteisiin, viestintään ja psykkinen vaikuttamiseen; tutustutaan erilaisten ryhmien toimintaan, yksilön ja ryhmän väliseen vuorovaikutukseen, ryhmien välisiin suhteisiin sekä kulttuurien kohtaamiseen. Kurssi suoritetaan toisena lukivuotena.

7. Psykkinen kertauskurssi (PS 07)

Kurssilla kerrataan psykkinen kurssien keskeiset sisällöt ja käsitteet. Lisäksi perehdytään ylioppilaskokeen tehtävätyyppeihin, tehtäväanalyysiin sekä harjoitellaan vastausten suunnittelua ja rakentamista. Kurssi valmentaa psykkinen ylioppilaskokeeseen ja on siksi suositeltavaa suorittaa viimeisenä psykkinen kurssina.

Historian kurssit

PAKOLLISET KURSSIT

1. Ihminen ympäristön ja yhteiskuntien muutoksessa (HI01)

Kurssi tarkastelee yksilön, yhteiskunnan ja luonnon välistä vuorovaikutusta eurooppalaisessa ja globaalissa kulttuuriympäristössä. Opetuksen näkökulma on nykyisyyden selittämisessä sekä historiallisten ilmiöiden pitkän aikavälin tarkastelussa. Kurssilla tutustutaan yhteiskunnallis-taloudellisten rakenteiden keskeisiin muutoksiin sekä sosiaali- ja ympäristöhistoriaan maanviljelyksen alusta nykyaikaan. Kurssilla harjoitellaan monipuolisen historiallisen lähdeaineiston hyödyntämistä. Kurssi suositellaan suoritettavaksi 1. lukuvuotena.

2. Kansainväliset suhteet (HI02)

Kurssi tarkastelee kansainvälisen politiikan keskeisiä ilmiöitä ja valtasuhteiden muutoksia 1900-luvun alusta nykypäivään. Kurssilla syvennetään tiedon hakemisen, analysoinnin ja tuottamisen taitoja sekä perehdytään kansainvälisiin suhteisiin liittyvien erityyppisten lähteiden tulkintaan ja arviointiin. Kurssi suositellaan suoritettavaksi 1. lukuvuotena HI01-kurssin jälkeen

3. Itsenäisen Suomen historia (HI03)

Kurssin tarkoituksena on analysoida Suomen historian keskeisiä muutosprosesseja ja kehityslinjoja taustoineen autonomian ajan loppupuolelta nykyaikaan. Keskeisiä tarkastelun kohteita ovat Suomen valtiollisen ja kansainvälisen aseman kehittyminen, muutoksiin liittyvät kriisit, siirtyminen sääty-yhteiskunnasta kansalaisyhteiskuntaan sekä poliittiset, taloudelliset ja kulttuuriset murrokset. Kurssilla perehdytään Suomen historian erilaisiin lähteisiin, muuttuviin tulkintoihin ja historian tiedon käyttöön. Kurssi suositellaan suoritettavaksi 1. tai 2. lukuvuotena.

VALINNAISET KURSSIT

Valtakunnalliset syventävät kurssit

4. Eurooppalaisen maailmankuvan kehitys (HI04)

Kurssi tarkastelee yhteiskunnallisen ajattelun, aatteiden ja ihmisoikeuksien kehittymistä sekä myyttisiä, uskonnollisia ja tieteellisiä maailmanselityksiä antiikista nykypäivään. Kurssilla perehdytään kulttuuriperintöön, taiteeseen ja tieteeseen oman aikansa ilmentäjinä Euroopassa. Tarkastelun kohteena on eurooppalainen ihminen, yksilön ja yhteiskunnan suhde, sukupuoli ja arkielämä. Kurssi suositellaan suoritettavaksi 2. tai 3. lukuvuonna.

5. Ruotsin itämaasta Suomeksi (HI05)

Kurssi tarkastelee Suomen kehitystä osana Itämeren alueen historiaa autonomian ajalle asti. Kurssilla perehdytään yhteiskunnan, talouden ja ympäristön lisäksi yhteisöjen ja yksilöiden väliseen vuorovaikutukseen, arjen historiaan ja ihmisten elämäntapaan sekä elinkeinoihin historian eri vaiheissa. Kurssi suositellaan suoritettavaksi 2. tai 3. lukuvuonna.

6. Maailman kulttuurit kohtaavat (HI06)

Kurssilla perehdytään kulttuurin käsitteeseen ja kulttuurieroja koskevan ajattelun muutoksiin sekä tarkastellaan, miten suhtautuminen eri kulttuureihin on vaihdellut ajattelun ja yhteiskuntien rakenteen muuttuessa. Kulttuuri ymmärretään kokonaisvaltaisena käsitteenä. Kurssilla tarkastellaan eurooppalaisten ja Euroopan ulkopuolisten kulttuurien kohtaamista ja vuorovaikutusta historian eri aikoina. Kurssi suositellaan suoritettavaksi 2. tai 3. lukuvuotena.

PAIKALLISET KURSSIT

syventävä

8. Maailmantilanne nyt (HI08)

Kurssilla käsitellään ja etsitään taustatietoa ajankohtaisiin maailmanpoliittisiin aiheisiin, jotka voivat liittyä politiikkaan, turvallisuuteen, ympäristöön, talouteen, sosiaaliseen hyvinvointiin jne. ilmiöihin. Kurssi suositellaan suoritettavaksi 2. tai 3. lukuvuonna. Kurssilla pari-/ryhmätöitä, pieniä esitelmiä. Kurssin arvostelu perustuu jatkuvaan näyttöön, ei koetta.

soveltava

7. Historian kertaus- ja täydennyskurssi (HI07)

Kurssilla kerrataan historian pakollisten ja syventävien kurssien sisältöjä. Kurssilla käytetään useita motivointikeinoja, opetellaan vastausten pisteyttämistä, muistitaktikoita ja tärppejä kirjoituksiin. Kurssin aikana kerrataan vastausten teknistä osaamista, käydään läpi erityyppisiä tehtäviä ja harjoitellaan jokeritehtäviin vastaamista. Kurssi auttaa opiskelijoita hahmottamaan ja jäsentämään historiaa entistä paremmin ja siten nostamaan tasoa ylioppilaskirjoituksissa. Lisäksi kurssilla täydennetään historiatietoutta sellaisten aihepiirien osalta, joita ei ole ehditty tunneilla käsittelemään. Kurssi suositellaan suoritettavaksi 3. lukuvuonna

YHTEISKUNTAOPPI

PAKOLLISET KURSSIT

1. Suomalainen yhteiskunta (YH01)

Kurssi perehdyttää valtiollisiin ja yhteiskunnallisiin järjestelmiin ja niissä vaikuttamiseen. Kurssi keskittyy suomalaisen yhteiskunnan analyysiin valtio-opin, sosiaalipolitiikan ja sosiologian käsitteistöä ja teorioita hyödyntäen. Keskeisiä näkökulmia ovat demokratia, yhteiskunnan perusrakenteiden kehitys, valta ja vaikuttaminen aktiivista ja osallistuvaa kansalaisuutta korostaen. Suomalainen yhteiskunta kurssi suoritetaan 1. tai 2. lukuvuotena ja ennen muita yhteiskuntaopin kursseja, mikäli se vain on mahdollista.

2. Taloustieto (YH02)

Taloustieteisiin pohjautuva kurssi johdattaa ymmärtämään talouden toimintaperiaatteita ja ajankohtaista talouspoliittista keskustelua. Se käsittelee mikro- ja makrotalouden kysymyksiä kansalaisten, yritysten ja valtioiden näkökulmista. Kurssilla perehdytään talouden ja politiikan kytköksiin sekä työnteon ja yrittämisen merkitykseen hyvinvointivaltion rahoittamisessa. Lisäksi tarkastellaan talouden ja ympäristön suhdetta kestäväen kehityksen näkökulmasta. kurssi suositellaan suoritettavaksi 1. tai 2. lukuvuotena.

3. Suomi, Eurooppa ja muuttuva maailma (YH03)

Kurssi perehdyttää Euroopan taloudelliseen ja poliittiseen yhdentymiseen ja yksittäisen kansalaisen asemaan yhdentyvässä Euroopassa ja globalisoituvassa maailmassa. Kurssi aikana opitaan seuraamaan ajankohtaisia maailman tapahtumia. Se kannustaa osallistumaan erilaisia kansainvälisen politiikan ilmiöitä koskevaan keskusteluun. Kurssi suositellaan suoritettavaksi 2. tai 3. lukuvuonna.

VALINNAINEN KURSSI

4. Kansalaisen lakitieto (YH04)

Kurssilla perehdytään Suomen oikeusjärjestyksen ja oikeuden käytön perusasioihin. Tutustutaan tärkeimpiin oikeudellisiin sopimuksiin ja tiedon lähteisiin sekä paneudutaan tavanomaisten oikeusasioiden hoitamiseen. Kurssin sisällössä painottuvat vahvasti juuri ne oikeusalueet (esimerkiksi perheoikeus, työoikeus, kuluttajansuoja ja asuminen), joihin opiskelija myöhemmin törmää omassa arkielämässään. Kurssi suositellaan suoritettavaksi 2. tai 3. lukuvuonna.

PAIKALLINEN KURSSI

Soveltava kurssi

5. Yhteiskuntaopin kertauskurssi (YH05)

Kurssilla kerrataan yhteiskuntaopin pakollisten ja syventävien kurssien sisältöjä. kurssilla käytetään useita motivointikeinoja, opetellaan vastausten pisteyttämistä, muistitaktikoita ja tärppejä kirjoituksiin. Kurssin aikana kerrataan vastausten teknistä osaamista, käydään läpi

erityyppisiä tehtäviä ja harjoitellaan jokeritehtäviin vastaamista. kurssi auttaa opiskelijoita hahmottamaan ja jäsentämään yhteiskuntaoppia entistä paremmin, ja siten nostamaan tasoa ylioppilaskirjoituksissa. lisäksi kurssilla täydennetään yhteiskuntatietoutta sellaisten aihepiirien osalta, joita ei ole ehditty tunneilla käsittelemään. Kurssi suositellaan suoritettavaksi 3. lukuvuonna.

MUSIIKKI

Musiikin kurssien suorittaminen ei edellytä aiempaa harrastuneisuutta musiikissa. Kurssien suoritusjärjestys on vapaa, mutta kurssi **nro 1** suositellaan käytäväksi ensin.

PAKOLLISET KURSSIT

1. Musiikki ja minä (MU01)

Kurssin tavoitteena on, että opiskelija löytää omat tapansa toimia musiikin alueella. Osallistumalla musiikilliseen toimintaan hän saa kokemuksia musisoinnista, syventää omaa osaamistaan ja pohtii asemaansa musiikin kuuntelijana, tulkitelijana, tekijänä ja kulttuuripalvelujen käyttäjänä. Omakohtaisen musiikkisuhteen kautta opiskelija ymmärtää musiikin merkityksiä elämässä ja ihmisten välisessä vuorovaikutuksessa. Kurssilla tutustutaan opiskelijoiden omaan ja muuhun paikalliseen musiikitoimintaan.

Opiskelija kehittää äänenkäyttöään ja soittotaitoaan musiikillisen ajattelun ja ilmaisun välineenä. Kurssilla syvennetään musiikin ja musiikkikäsitteiden tuntemusta käytännön musisoinnin avulla. Opiskelija oppii tarkkailemaan ääniympäristöään ja perehtyy kuulonhuoltoon.

2. Moniääninen Suomi (MU02)

Kurssin tavoitteena on, että opiskelija oppii tuntemaan suomalaista musiikkia ja vahvistaa omaa kulttuurista identiteettiään. Opiskelija tutkii erilaisia Suomessa esiintyviä musiikkikulttuureja ja niiden sisäisiä osakulttuureja sekä oppii ymmärtämään niiden taustatekijöitä, kehitystä ja olennaisia piirteitä. Kurssin toteuttamisessa otetaan myös huomioon, että suomalaiset musiikkikulttuurit ovat osa eurooppalaista ja globaalia musiikkimaailmaa.

Opiskelussa käytetään monipuolisia työtapoja, erityisesti musisoimista ja kuuntelua. Musisoitaessa kiinnitetään huomiota oman taiteellisen ilmaisun sekä kuuntelu- ja vuorovaikutustaitojen kehittämiseen. Musiikkiohjelmiin valitaan eri musiikinlajeja populaari- ja taidemusiikista perinnesävelmusiikkiin. Kurssin puitteissa pyritään järjestämään konserttivierailu.

VALTAKUNNALLISET SYVENTÄVÄT KURSSIT

3. Ovet auki musiikille (MU03)

Kurssin tavoitteena on, että opiskelija oppii tuntemaan itselleen uusia musiikinlajeja, musiikkityylejä ja -kulttuureja sekä ymmärtää musiikin kulttuurisidonnaisuutta. Hän tarkastelee eri musiikkikulttuurien käytäntöjen samankaltaisuutta tai erilaisuutta ja oppii ymmärtämään, miten jokainen kulttuuri määrittelee itse oman käsityksensä musiikista. Kurssilla tutustutaan syvällisesti joihinkin musiikinlajeihin tai musiikkikulttuureihin. Opiskelija kehittää musisoitaitojaan sekä taitojaan hankkia ja käsitellä tietoa. Kurssin voi suorittaa myös projektina.

4. Musiikki viestii ja vaikuttaa (MU04)

Kurssin tavoitteena on, että opiskelija tutustuu musiikin käyttöön ja vaikutusmahdollisuuksiin eri taidemuodoissa, monimediasissa tieto- ja viestintäympäristöissä sekä yhteiskunnassa. Opiskelija tutkii musiikin yhteyttä tekstiin, kuvaan ja liikkeeseen ja perehtyy tarkemmin musiikin käyttötapoihin esimerkiksi elokuvassa, näyttämöllä, joukkoviestimissä tai verkkoympäristöissä muutaman rajatun näytteen avulla. Musiikin vaikuttavuutta tutkitaan analysoimalla olemassa olevaa materiaalia tai tuottamalla sitä itse. Sisältöjen tarkastelussa painottuu pyrkimys kokonaisuuksien ymmärtämiseen sekä käytännön tekemiseen: opiskelijoiden projektit ovat kurssin keskeinen työtapo. Lisäksi kurssin resurssien puitteissa voidaan tehdä vierailuja esimerkiksi radioon, äänitysstudioon tai teatteriin. Kurssin voi suorittaa myös taiteidenvälisenä tai monialaisena projektina.

PAIKALLISET KURSSIT

Soveltavat kurssit

5. Populaarimusiikki ja bändimusiikointi (MU05)

Kurssilla tutustutaan populaarimusiikin keskeisiin vaiheisiin Suomessa ja muualla. Perehdytään bändisoittimiin, yhteissoittoon sekä lauluun. Pääpaino kurssilla on soittamisessa, mutta myös erityisesti bändin kanssa laulamiseen liittyvää tekniikkaa harjoitellaan. Musisoitavat kappaleet määräytyvät kokoonpanon ja opiskelijoiden kiinnostuksen mukaan. Kurssin alussa on tarvittaessa lyhyt johdanto bändisoittimien perussoittotekniikkaan. Kurssin tavoitteena on kehittää, monipuolistaa ja syventää opiskelijan soitto- ja lauluilmaisua ja yhteismusiikointitaitoja. Ryhmän kiinnostuksen mukaan voidaan tehdä studiovierailu. Ei edellytetä aiempaa soittotaitoa.

6. Poplaulukurssi (MU06)

Poplaulukurssilla keskitytään laulamiseen, oman äänen terveeseen käyttöön sekä opiskelijoiden toivomiin kappaleisiin. Lisäksi tutustutaan laajasti erilaisiin populaarimusiikin sävelmiin. Kurssilla saa myös käytännön ohjausta ryhmässä laulamista, mikrofonin käytöstä, moniäänisestä laulamista sekä halutessaan solistin ja taustalaulajan tehtävästä. Kurssilla harjoiteltua yksi- ja moniäänistä ohjelmiä voidaan esittää koulun juhlissa ja tilaisuuksissa.

7. Musiikkitekniologia (MU07)

Kurssi keskittyy musiikin tekemiseen tieto- ja mobiilitekniikkaa apuna käyttäen. Keskeisinä opiskeltavina asioina ovat esim. tietokoneille ladattavien musiikkintekno-ohjelmien käyttö sekä ajankohtaisten mobiililaitteiden (esim. iPadin) ja erilaisten sovellusten hyödyntäminen musiikin tekemisessä. Kurssilla käydään läpi myös tarpeen mukaan äänittämisen ja miksaamisen perusteita. Projektina voi olla esim. musiikkivideon tekeminen, jossa oppilas ensin tuottaa ja sitten yhdistää kuvaa ja ääntä. Osallistuminen ei edellytä soittotaitoa.

8. Kitaransoitto (MU08)

Kitaransoiton kurssi tarjoaa mahdollisuuden palauttaa mielen unohtuneen soittotaidon tai opetella kokonaan uuden instrumentin soittoa. Kurssi sisältää erilaisten soitinten opettelua, tabulatuurin lukemista sekä monipuolisia tapoja säestää kitaralla. Kurssilla tutustutaan myös erilaisiin kitaroihin ja niiden käyttötarkoituksiin ja soitintapoihin. Myös instrumentin perushuoltoa voidaan käsitellä. Pääasiassa kurssilla käytetään akustista kitaraa, mutta halutessaan opiskelija voi käyttää sekä akustista että sähkökitaraa.

9. Juhlat ja esiintyminen (MU09)

Osallistuminen koulun juhlisiin ja tapahtumiin musiikkina. Suoritus kerätään opiskeluaikana osallistumalla harjoituksiin ja esiintymisiin erilaisissa kokoonpanoissa. Kurssisuorituksen saa osallistumalla lukioaikana kolmeen tapahtumaan/juhlaan sekä niiden harjoituksiin. Opiskelijalla on henkilökohtainen päiväkirja, johon suoritukset merkitään.

VALTAKUNNALLISET SOVELTAVAT

10. Musiikin lukiodiplomikurssi (MU10)

Musiikin lukiodiplomi perustuu lukion musiikinopetuksen tavoitteisiin ja sisältöihin sekä opiskelijan lukioaikaiseen musiikinopiskeluun. Lukiodiplomin suorittaminen on osoitus erityisestä harrastuneisuudesta musiikissa ja musiikillisesta erityisosaamisesta. Opiskelija suorittaa diplomin joko valmistamalla näytesalkun musiikkiprojektista tai kokoamalla portfolion lukioaikaisista musiikkitoistään ja -toiminnastaan. Ajankohdasta ja suoritustavasta sovitaan jokaisen opiskelijan kanssa erikseen, mutta ihanteellisinta olisi aloittaa diplomin teko jo ensimmäisenä tai toisena opiskeluvuotena ja suorittaa loppuun kolmantena vuotena. Musiikkidiplomin suorittamisesta tiedotetaan yksityiskohtaisemmin syksisin. Diplomin suorittaminen edellyttää neljää hyväksytysti suoritettua musiikin lukiokurssia.

KUVATAIDE

1. Kuvat ja kulttuurit (KU1)

Tavoitteet

Kurssin tavoitteena on, että opiskelija

- tutkii kuvataiteen ja muun visuaalisen kulttuurin sisältöjä, ilmiöitä, prosesseja ja toimintatapoja
- käyttää kuvataiteen ja muun visuaalisen kulttuurin keinoja kuvailmaisussaan ja tekee omakohtaisia ratkaisuja
- tarkastelee omia ja muiden kuvakulttuureja sekä taiteen, median ja muun visuaalisen kulttuurin ajankohtaisia ilmiöitä
- tutkii kuvataidetta ja muuta visuaalista kulttuuria yksilön, yhteisön ja yhteiskunnan näkökulmista itsenäisesti ja ryhmän jäsenenä
- tarkastelee erilaisia kuvia teoksen, tekijän ja katsojan näkökulmista kuvatulkinnan menetelmiä käyttäen
- ymmärtää kuvataiteen ja muun visuaalisen kulttuurin merkityksen omassa elämässään, yhteiskunnassa ja globaalissa maailmassa.

Keskeiset sisällöt

- omat kuvat identiteettien rakentajina, kulttuurisen moninaisuuden ilmentäjinä ja kulttuuriperinnön uudistajina
- vaikuttaminen omissa ja muiden kuvissa, taiteessa, mediassa ja muissa ympäristöissä
- erilaiset käsitykset taiteesta ja muusta visuaalisesta kulttuurista
- kuvataiteen käsitteistö, kuvatyypit ja kuvastot
- kuvalliset, sanalliset ja muut kuvatulkinnan keinot
- taiteen, median ja muun visuaalisen kulttuurin ajankohtaiset ilmiöt

2. Muotoillut ja rakennetut ympäristöt (KU2)

Tavoitteet

Kurssin tavoitteena on, että opiskelija

- tutkii ympäristön kuvakulttuurien yhteyksiä omiin kuviin, taiteeseen ja kulttuuriperintöön kuvailmaisun taitojaan syventäen
- tarkastelee rakennettuja ja luonnon ympäristöjä kulttuurisen moninaisuuden ja kestäväen kehityksen kannalta
- käyttää arkkitehtuurin, muotoilun ja tuotteistamisen sisältöjä, prosesseja ja toimintatapoja kuvallisen tuottamisen lähtökohtana
- osallistuu ja vaikuttaa erilaisiin ympäristöihin visuaalisuutta ja muita tiedon tuottamisen tapoja käyttäen
- tarkastelee luonnon, arkkitehtuurin ja muotoilun henkilökohtaisia, yhteisöllisiä, yhteiskunnallisia ja globaaleja merkityksiä
- ymmärtää taiteen merkityksen erilaisissa ympäristöissä ja niiden suunnittelussa sekä ajankohtaisissa yhteiskunnallisissa kysymyksissä.

Keskeiset sisällöt

- ympäristön kuvakulttuurit identiteettien rakentajina ja kulttuuriperinnön uudistajina
- luonto, rakennettu ympäristö, muotoilu, tuotteistaminen, palvelut, mediaympäristöt ja virtuaalimaailmat kuvallisen tuottamisen lähtökohtana
- ympäristön suunnittelun ja muotoilun käsitteistö ja kuvastot
- ympäristön kuvakulttuurien tulkinnan keinot
- luonnon, arkkitehtuurin ja muotoilun ajankohtaiset ilmiöt

Valtakunnalliset syventävät kurssit

3. Osallisena mediassa (KU3)

Tavoitteet

Kurssin tavoitteena on, että opiskelija

- tutkii median yhteyksiä muihin ympäristöihin, omiin kuviin, taiteeseen ja kulttuuriperintöön kuvallisen viestinnän sekä tieto- ja viestintäteknologian osaamistaan syventäen
- tarkastelee mediakulttuureja kulttuurisen moninaisuuden ja kestäväen kehityksen kannalta
- käyttää median sisältöjä, ilmiöitä, suunnitteluprosesseja ja toimintatapoja kuvallisen tuottamisen lähtökohtana
- osallistuu ja vaikuttaa mediaympäristöihin visuaalisuutta ja muita tiedon tuottamisen tapoja käyttäen
- tarkastelee mediakulttuurien henkilökohtaisia, yhteisöllisiä, yhteiskunnallisia ja globaaleja merkityksiä
- ymmärtää visuaalisuuden merkityksen mediaviestinnässä, mediaympäristöissä ja mediaesityksissä sekä niiden suunnittelussa ja tuottamisessa.

Keskeiset sisällöt

- mediakulttuurit identiteettien rakentajina ja kulttuuriperinnön uudistajina
- median sisällöt, tuotteet, palvelut, ilmiöt ja ympäristöt kuvallisen tuottamisen lähtökohtana
- median käsitteistö, kuvatyypit ja kuvastot
- mediaesitysten tulkinnan keinot
- median ajankohtaiset ilmiöt ja kysymykset

4. Taiteen monet maailmat (KU4)

Tavoitteet

Kurssin tavoitteena on, että opiskelija

- tutkii taiteen sisältöjen, ilmiöiden ja toimintatapojen yhteyksiä omiin kuviin, ympäristöön ja kulttuuriperintöön ilmiökeskeistä lähestymistapaa hyödyntäen
- tarkastelee eri aikoina ja eri ympäristöissä tuotettua kuvataidetta kulttuurisen moninaisuuden ja kestäväen kehityksen kannalta
- soveltaa erilaisia materiaaleja, tekniikoita ja ilmaisun keinoja itsenäisessä ja yhteistoiminnallisessa kuvallisessa työskentelyssä
- tarkastelee kuvataiteen merkityksiä yksilölle, yhteisölle ja yhteiskunnalle soveltamalla kuvatulkinna menetelmiä
- tutkii omaan elinympäristöön ja yhteiskuntaan liittyviä ilmiöitä kuvallisesti ja muita tiedon tuottamisen tapoja käyttäen
- ymmärtää taiteen merkityksen rakennetuissa ja luonnon ympäristöissä, omissa kuvissa sekä vaikuttamisessa ja osallistumisessa.

Keskeiset sisällöt

- taiteen maailmat identiteettien rakentajina, kulttuurisen moninaisuuden ilmentäjinä ja kulttuuriperinnön uudistajina
- eri aikoina, eri ympäristöissä ja eri kulttuureissa tuotettu kuvataide
- kuvataiteen käsitteistö, kuvatyypit ja kuvastot
- kuvalliset, sanalliset ja muut taiteen tulkinnan keinot
- taiteen ajankohtaiset ilmiöt ja kysymykset

Paikalliset syventävät kurssit

5. Nykytaiteen työpaja (KU5)

TAVOITTEET

Kurssin tavoitteena on, että opiskelija

- oppii seuraamaan ja arvioimaan nykytaiteen ajankohtaisia ilmiöitä
- oppii havaitsemaan ja oivaltamaan visuaalisia merkityksiä ympäristössä sekä soveltamaan havaintojaan omassa ilmaisussaan
- oppii ymmärtämään ja käyttämään nykytaiteen keinoja työskennellessään erilaisten ilmiöiden parissa
- harjaantuu tavoitteelliseen prosessinomaiseen työskentelyyn.

KESKEISET SISÄLLÖT

- oman tuotannon toteuttaminen
- mitä nykytaide on: nykytaiteen taustalla vaikuttavat ilmiöt ja erilaiset taidekäsitteet
- nykytaide ja kulttuurien välinen vuorovaikutus, visuaaliset alakulttuurit
- taiteiden väliset projektit koulussa tai koulun ulkopuolella
- visuaaliset ammatit yhteiskunnassa ja taidealan organisaatioita

6. Valokuvaus ja kuvankäsittely (KU6)

TAVOITTEET

Kurssin tavoitteena on, että opiskelija

- hallitsee valokuvauksen eri osa-alueita
- ymmärtää valokuvausta nykyaikaisena viestimenä ja taideilmaisuna
- oppii soveltamaan kuvallisia ilmaisukeinoja valokuvauksessa
- osaa ilmaista ajatuksia ja tunteita kuvin
- hallitsee kuvankäsittelyn perusteet

KESKEISET SISÄLLÖT

- digitaalikameroiden ja kuvankäsittelyohjelmien käyttö
- ilmaisukeinot ja kuvasommittelu
- valokuvauksen historia
- mahdollisuuksien mukaan valokuvien tekeminen ilman kameraa: camera obscura
- näyttelyn kokoaminen

7. Elokuva-ilmaisus (KU7)

TAVOITTEET

Kurssin tavoitteena on, että opiskelija

- oppii ymmärtämään, arvioimaan ja käyttämään videokuvauksen, editoinnin sekä elokuva-ilmaisun keinoja monipuolisesti ja tarkoituksenmukaisesti
- ymmärtää etukäteissuunnittelun merkityksen video- elokuvatyöskentelyssä

- syventää tietojaan kuvaviestinnän keinoista ja oppii valitsemaan viesteille tarkoituksenmukaisimmat välineet, keinot, sisällöt ja muodot.

KESKEISET SISÄLLÖT

- videokuvaus- ja editointi
- elokuvailmaisun keinot
- kuvakäsikirjoitus ja suunnittelu
- tietokoneen leikkausohjelmien käyttö
- lyhytelokuvien tekeminen
- valaistuksen ja äänityön merkitykset
- mahdollisuuksien mukaan myös animaatiot

8. Elokuvailmaisu 2 (KU8)

TAVOITTEET

Kurssin tavoitteena on, että opiskelija

- syventää videokuvauksen, editoinnin sekä elokuvailmaisun keinojen hallintaa
- hallitsee videoprojektien eri osa-alueet; suunnittelun, valaisemisen, kuvaamisen, äänittämisen ja editoinnin
- kehittää yhteistyötaitojaan
- vahvistaa omaa kuvailmaisuaan.

KESKEISET SISÄLLÖT

- videokuvaus- ja editointi
- valaiseminen
- äänittäminen ja äänisuunnittelu
- elokuvailmaisun keinot
- synopsis, kehittelyrunko, käsikirjoitus ja kuvakäsikirjoitus
- tietokoneen leikkausohjelmien käyttö
- lyhytelokuvien tekeminen
- scratch-videot

9. Piirustus ja maalaus (KU9)

TAVOITTEET

Kurssin tavoitteena on, että opiskelija

- syventää ja laajentaa piirustuksen ja maalaamisen eri teknikoiden, ilmaisukeinojen ja välineiden hallintaa
- etsii oman kuvailmaisun mahdollisuuksia ja omia vahvuusalueita.

KESKEISET SISÄLLÖT

- lyijykynä-, hiili-, liitu- ja tussitekniikat
- vesi- ja peiteväritekniikat, akryyli- tai öljyvärimaalaus sekä erilaiset sekatekniikat
- kuvan rakentamisen keinot: sommittelu, väri, muoto, liike, tila ja aika
- croquis-piirrokset

10. Plastinen sommittelu/Muotoilu (KU10)

TAVOITTEET

Kurssin tavoitteena on, että opiskelija

- syventää tila- ja muototajuaan
- kehittää muotoilun ja ilmaisun taitoa
- tutustuu kolmiulotteisen ilmaisun tekniikoihin ja materiaaleihin sekä osaa soveltaa niitä omassa ilmaisussaan.
- oppii ympäristön suunnittelussa ja muotoilussa tekemään havaintoja eri näkökulmista, kuten esteettiseltä ja eettiseltä sekä sosiaalisesti ja kulttuurisesti kestävänsä kehityksen kannalta
- oppii tarkastelemaan ympäristöä luonnonvaraisena, rakennettuna, sosiaalisena ja psyykkisenä ilmiönä sekä kulttuurisena viestinä.

KESKEISET SISÄLLÖT

- muovailu, muotoilu ja rakentelu
- kipsivalu ja -veistokset
- 3D-tulostaminen
- perspektiivioppi
- arkkitehtuuri ja ympäristösuunnittelu
- lavastustehtävät

11. Sarjakuva ja animaatio (KU11)

TAVOITTEET

Kurssin tavoitteena on, että opiskelija

- tutustuu sarjakuvan ja animaation historiaan
- tutkii kuvailmaisun mahdollisuuksia erilaisten tehtävien ja teknikoiden avulla
- etsii oman kuvailmaisun mahdollisuuksia ja omia vahvuusalueita

KESKEISET SISÄLLÖT

- sarjakuvan ja animaation ilmaisukeinot ja erilaiset tekniikat
- tietokoneen kuvankäsittely- ja editointiohjelmien käyttö
- yhteinen julkaisu, johon kootaan kurssilla syntyneet teokset

VALTAKUNNALLINEN SOVELTAVA KURSSI

12. Kuvataiteen lukiodiplomi (KU12)

Kurssin tavoitteena on, että opiskelija antaa erityisen näytön lukioaikaisesta osaamisestaan ja harrastuneisuudestaan kuvataiteessa. Kuvataiteen lukiodiplomin tavoitteena on, että opiskelija osoittaa kuvataiteen ja muun visuaalisen kulttuurin laaja-alaista osaamistaan tuottamalla, tulkitsemalla ja arvottamalla monipuolisesti erilaisia kuvia. Kurssin keskeiset sisällöt perustuvat opiskelijan lukiodiplomille asettamiin tavoitteisiin sekä hänen valitsemaansa tehtävään, näkökulmaan ja toteutustapaan. Kuvataiteen lukiodiplomi muodostuu teoksesta sekä työskentelyprosessia, itsearviointia ja kuvataiteen tuntemusta kuvaavasta portfoliosta.

LIIKUNTA

PAKOLLISET KURSSIT

1. Energiaa liikkunasta (LI01)

Tavoitteena on, että opiskelija ymmärtää fyysisen aktiivisuuden ja toimintakyvyn terveyden ja hyvinvoinnin perusedellytyksenä. Opiskelija harjaantuu liikuntataidoissaan ja kehollisessa ilmaisussaan sekä saa tietoja ja kokemuksia fyysisten ominaisuuksien harjoittamisesta monipuolisesti. Opiskelija saa kokemuksia yhdessä liikkumisesta reilun pelin hengessä. Opiskelijan koettu liikunnallinen pätevyys vahvistuu uuden oppimisen, liikunnan tuoman ilon ja virkistyneen myötä.

Kurssin keskeisiä sisältöjä ovat liikunnallisten perustaitojen soveltaminen ja fyysisten ominaisuuksien harjoittaminen eri liikuntatehtävissä, -muodoissa ja -lajeissa opiskeluympäristön mahdollisuuksia monipuolisesti käyttäen.

Kurssi suoritetaan ensimmäisenä lukuvuotena. Opiskelija voi halutessaan suorittaa syventäviä ja soveltavia kursseja samana vuonna.

2. Aktiivinen elämäntapa (LI02)

Tavoitteena on opettaa ja kannustaa opiskelijaa liikunnallisen elämäntavan omaksumiseen sekä riittävän päivittäisen fyysisen aktiivisuuden saavuttamiseen. Opiskelijaa ohjataan ymmärtämään, että liikuntaharrastusten lisäksi toimintakykyä, terveyttä ja hyvinvointia tukeva fyysinen aktiivisuus muodostuu arjen valinnoista ja pitkäkestoisen istumisen välttämisestä.

Kurssin keskeisiä sisältöjä ovat fyysisten ominaisuuksien arviointi, hengitys- ja verenkiertoelimistöä kuormittava liikunta, lihaskuntoharjoittelu ja kehonhuolto. Opiskelijat ohjataan havainnoimaan arkisia toimintatapojaan ja valintojaan fyysisen aktiivisuuden ja terveyden näkökulmista. Opiskelijat saavat ohjausta ja palautetta liikunnallisen elämäntavan ja fyysisesti aktiivisen arjen toteuttamiseen.

Kurssi suoritetaan toisena lukuvuotena. Opiskelija voi halutessaan suorittaa syventäviä ja soveltavia kursseja samana vuonna.

VALINNAISET KURSSIT

Valtakunnalliset syventävät kurssit

3. Terveyttä liikkuen (LI03)

Kurssilla syvennetään erityisesti fyysisen toimintakyvyn liittyviä taitoja ja tietoja. Kurssin tavoitteena on oman säännöllisen liikunnan edistäminen sekä fyysisten ominaisuuksien seuraaminen ja kehittäminen. Opettaja ohjaa liikuntaohjelman suunnittelua ja toteutusta. Liikuntasuunnitelmaa toteutetaan mahdollisuuksien mukaan liikuntateknologiaa hyväksi käyttäen. Kurssi sisältää monipuolisesti kunto- ja terveysliikuntaa sisältäviä liikuntamuotoja ja lajeja, kuten kuntosaliharjoittelu, pallopelit, mailapelit ja kestävyysliikunta eri muodoissaan. Kurssilla opiskelijoita kannustetaan oman fyysisen kunnon ja toimintakyvyn seurantaan.

4. Yhdessä liikkuen (LI04)

Kurssilla syvennetään erityisesti sosiaalisen toimintakyvyn osa-alueen taitoja ja tietoja. Kurssin tavoitteena on edistää opiskelijoiden sosiaalista yhteenkuuluvuutta. Työtavoissa painottuu opiskelijaryhmän aktiivinen osallisuus, toiminnallisuus ja yhteistoiminta. Kurssin sisältönä voi olla jokin yhdessä toteutettava liikunta, kuten vanhojenpäivän tanssit tai muu projektiluonteinen kokonaisuus.

5. Hyvinvointia liikkuen (LI05)

Kurssilla syvennetään erityisesti psyykkisen toimintakyvyn osa-alueen taitoja ja tietoja. Kurssin tavoitteena on tukea opiskelijan jaksamista ja lisätä opiskeluvireyttä rentouttavien ja elämyksellisten liikuntakokemusten kautta. Monipuoliset liikuntatehtävät mahdollistavat osallisuuden, liikunnallisen pätevyyden ja kehollisen ilmaisan kokemuksiin. Kurssilla otetaan huomioon opiskelijoiden omat lajitoiveet.

Paikalliset soveltavat kurssit

6. Musiikkiliikunta (LI06)

Kurssilla perehdytään tanssillisen ilmaisan vahvistamiseen ja kehittämiseen. Kurssin keskeisinä sisältöinä on tutustua tanssillisiin musiikkiliikuntakokonaisuuksiin, kuten esimerkiksi jazz-, moderni-, hip hop-, afro- ja balettitanssiin. Lisäksi kurssi sisältää musiikillista ryhmäliikuntaa ja voimistelua välineillä ja ilman. Kurssilla opiskelija kehittää omaa fyysistä kuntoaan, kehonhallintaa ja rytmittäjää.

7. Luontoliikunta (LI07)

Kurssilla tutustutaan retkeilyyn ja eränkävyn perustaitoihin suomalaisessa luonnossa. Kurssi toteutetaan retkinä ja teorialunteina. Retket voidaan toteuttaa useamman päivän kestävinä vaelluksina. Opiskelijat suunnittelevat ja valmistelevat luontoliikuntapahtumat ja -retket yhdessä opettajan kanssa. Luontoliikuntakurssi tarjoaa opiskelijoille elämyksellisiä ja rentouttavia kokemuksia, sekä osallistavat heitä erilaisten luontoliikuntakokonaisuuksien suunnitteluun. Kurssin keskeisimpiä oppimissisältöjä ovat jokamiehenoikudet, suunnistustaidot, ryhmässä toimiminen ja retkeilytaidot.

8. Virkistyspelit (LI08)

Virkistyspelien kurssilla opiskelijoilla on mahdollisuus vaikuttaa kurssin lajivalintoihin. Keskeisimpinä tavoitteita on liikunnan ilo ja virkistäytyminen, fyysisen kunnon ja lajitaitojen sekä tietojen kehittäminen ja reilun pelin hengen mukainen toiminta. Kurssilla pääpaino on joukkupeleissä. Kurssilla perehdytään syvällisemmin esimerkiksi erilaisiin vuoden ajan mukaisiin pallo- ja mailapeleihin, kuten esimerkiksi salibandyyn, jääkiekkoon, pesäpalloon tai ultimateen.

9. Joukkuepelien ja yksilölajien valmennuskurssi (LI09)

Kurssilla keskitytään 1-3 peliin tai liikuntalajiin. Kurssin teemat ja lajit päätetään opiskelijoiden oman kiinnostuksen kohteen mukaan. Tavoitteena on esimerkiksi luoda lukion oma joukkue tiettyyn ja kurssin aikana perehtyä lajivalintaan tai lajivalintoihin syvällisemmin. Kurssi antaa

mahdollisuuden monipuoliseen ja jatkuvaan liikunnalliseen kehittymiseen. Kurssi mahdollistaa opiskelijan oman harrastuneisuuden kehittämisen lisäämällä oman lajin harjoittelua kouluajalle.

10. Talviliikuntakurssi (LI10)

Kurssilla teemana ovat yleisimmät talviliikuntalajit, kuten luistelu, jääpelit, hiihto ja mahdollisuuksien mukaan laskettelu. Kurssi syventää opiskelijoiden osaamista kyseisissä talvilajeissa. Kurssi toteutetaan normaaleina lukujärjestyksen mukaisina tunteina ja osittain lukujärjestyksen ulkopuolisina tapahtumina, kuten lasketteluretkinä.

VALTAKUNNALLINEN SOVELTAVA KURSSI

12. Liikuntadiplomikurssi (LI12)

Kurssin sisältönä on OPH:n määrittämän liikunnan lukiodiplomin suorittaminen lukioaikana. Opiskelija saa ylioppilastodistuksen liitteeksi todistuksen lukion liikuntadiplomin suorittamisesta. Liikuntadiplomiin kuuluu seuraavat sisältökokonaisuudet: Liikuntatietoja mittaava tutkielma, liikuntakykyisyyden arviointi (diplomitestit), erityisosaamisen näyttö, yhteistyökykyisyyden arviointi ja opiskelijan lukioaikaiseen liikuntaan liittyvä portfolio. Liikuntadiplomista saa lisäpisteitä mm. liikunta-alan jatkokoulutuksen hakuvaiheeseen.

TERVEYSTIETO

PAKOLLINEN KURSSI

1. Terveyden perusteet (TE01)

Kurssilla syvennetään perusopetuksen aikana opittua terveysosaamista ja ymmärrystä terveyden ja hyvinvoinnin edistämisestä. Lisäksi opitaan tunnistamaan ja arvioimaan terveyden edellytysten toteutumista omassa elämässä, lähiyhteisöissä ja ympäristöissä sekä yhteiskunnallisessa päätöksenteossa. Keskeistä on myös itsehoitovalmiuksien ja arjen terveysosaamisen kehittäminen, mielenterveyden suojaaminen sekä ajankohtaisten ja opiskelijoiden esille nostamien asioiden käsittely.

Keskeisinä sisältöinä kurssilla ovat fyysinen, psyykinen ja sosiaalinen toiminta-, opiskelu- ja työkyky, terveyttä edistävä liikunta ja ravinto, painonhallinta, uni ja lepo, seksuaaliterveys ja opiskeluhyvinvointi. Lisäksi perehdytään riippuvuuden muotoihin, kansantauteihin, omasta terveydestä huolehtimiseen ja hätäensiapuun.

Kurssi suoritetaan ensimmäisenä lukuvuotena, jonka jälkeen voi valita valinnaisia kursseja.

VALINNAISET KURSSIT

Valtakunnalliset syventävät

2. Ihminen, ympäristö ja terveys (TE02)

Kurssilla tarkastellaan terveyttä, hyvinvointia ja turvallisuutta voimavarana ja perehdytään sosiaaliseen kestävytyteen osana kestävästä tulevaisuuden tavoitteista. Keskeistä on myös tarkastella perimän ja ympäristöön liittyvien tekijöiden yhteyksiä ja vaikutuksia terveyteen ja toimintakykyyn.

Keskeisinä sisältöinä ovat perimän, luonnonympäristöjen ja rakennetun ympäristön sekä psykososiaalisen ympäristön ja yhteisöjen terveysvaikutukset. Kurssilla käsitellään terveyttä ja elämänkulkua, ihmissuhteita ja sosiaalista tukea, seksuaalisuutta ja seksuaalioikeuksia, sekä mielenterveyttä suojaavia ja kuormittavia tekijöitä. Lisäksi keskeisinä sisältöinä ovat erilaiset kriisit ja niiden kohtaaminen, työhyvinvointi ja ergonomia, turvallisuus ja väkivallan ehkäisy. Kurssilla opitaan ymmärtämään media- ja kulttuuriympäristön sekä terveysviestinnän merkitystä ja kriittistä tulkintaa.

3. Terveyttä tutkimassa (TE03)

Kurssilla luodaan kokonaiskuvaa terveyden edistämisen ja sairauksien ehkäisyn historiallisista kehityslinjoista ja tulevaisuuden haasteista pääpiirteissään. Kurssilla vahvistetaan opiskelijan valmiuksia hankkia ja arvioida terveyteen liittyvää tutkimus- ja arkitietoa ja soveltaa terveysosaamistaan aktiivisena kansalaisena. Kurssilla perehdytään terveyteen vaikuttavien tekijöiden kriittiseen arviointiin ja pohditaan tutkimuksen ja päätöksenteon mahdollisuuksia terveyden edistämässä lähiyhteisöissä, yhteiskunnassa ja globaalisti.

Keskeisinä sisältöinä ovat yhteiskunnallisten olosuhteiden, terveys- ja muun yhteiskuntapolitiikan, tieteellisen tutkimuksen, terveyskäsitysten ja teknologian kehitys, muutos ja yhteydet väestön terveyteen. Kurssilla perehdytään sairauden ja terveyden historiaan, Suomen terveys- ja sosiaalipalvelujen kehitykseen ja muutokseen, sekä tarkastellaan yhteyksiä väestön terveyteen. Terveyserot, terveyden ja terveyskäyttäytymisen tutkiminen kuuluvat osana kurssin sisältöalueeseen. Lisäksi kurssilla käsitellään keskeisiä terveyteen ja sairauteen liittyviä eettisiä ja oikeudellisia kysymyksiä sekä globaaleja terveyskysymyksiä.

OPINTO-OHJAUS

Pakolliset kurssit

1. Minä opiskelijana (OP01)

Kurssin tavoitteena on tutustua lukio-opintoihin, niiden edellyttämiin opiskelutaitoihin sekä omiin vahvuuksiinsa ja kiinnostuksen kohteisiinsa.

Opiskelija saa ohjausta itsensä kehittämiseen, itsearviointiin ja henkilökohtaisen opiskelusuunnitelman laatimiseen.

Kurssilla tutustutaan myös jatko-opintomahdollisuuksiin ja jatko-opintoja esitteleviin tietojärjestelmiin.

2. Jatko-opinnot ja työelämä (OP02)

Kurssin tavoitteena on, että opiskelija perehtyy tarkemmin itseensä opiskelijana ja kehittää itsetuntemustaan, opiskeluvaihtoehtojaan ja elämänhallintataitojaan. Kurssin teemat liittyvät toisen ja korkea-asteen koulutusvaihtoehtoihin, työelämäntaitoihin ja yrittäjyyteen.

Paikallinen soveltava kurssi

3. Tutorkurssi (OP03)

Vapaaehtoiset toisen vuoden opiskelijat voivat kouluttautua uusien opiskelijoiden vertaistutoreiksi. He osallistuvat opiskelijoiden ohjaamiseen ja koulun muuhun ohjaustoimintaan. Opinto-ohjaaja ohjaa toimintaa ja sopii kurssisuorituksesta tutorien kanssa.

Tietotekniikan kurssit OPS 2016

1. Tietotekniikan perusteet (TT01)

Kurssilla tutustutaan lukiossa opiskelijoilla opiskelukäytössä oleviin tietokoneisiin/mobiililaitteisiin, ohjelmistoihin ja oppimisympäristöihin. Lisäksi tutustutaan sähköiseen Abitti-koejärjestelmään, jota käytetään sähköisissä yo-kokeissa. Kurssi suositellaan suoritettavan ensimmäisenä opiskelu vuonna.

2. Kuvankäsittely (TT02)

Kurssilla perehdytään kuvankäsittelyn perusteisiin, tekniikoihin ja käsitteisiin. Kurssilla harjoitellaan kuvankäsittelyä ilmaisella Gimp-kuvankäsittelyohjelmalla, joka on myös sähköisissä ylioppilaskokeissa käytettävä ohjelma.

3. Ohjelmointi (TT03)

Kurssilla opetellaan ohjelmointikielen perusteita ja perehdytään näin ohjelmointiin liittyviin periaatteisiin ja sisältöihin. Kurssi kehittää loogista ajattelukykyä ja tutustuttaa ohjelmoinnin maailmaan.

4. Tietotekniikan projektkurssi (TT04)

Kurssi suoritetaan itsenäisesti ja kurssin suorituksen ajankohdasta ja sisällöstä sovitaan erikseen kurssin opettajan kanssa. Kurssilla opiskelijan on esimerkiksi mahdollisuus syventää kuvankäsittelyyn tai ohjelmointiin liittyvää osaamistaan. Opiskelija voi myös valita kurssille itseään kiinnostavaan aiheeseen, joka liittyy tietotekniikkaan. Muista kursseista poiketen tätä kurssia ei arvioida numeroarvosanalla, vaan hyväksytysti suoritusta kurssista saa suoritusmerkinnän.

ESITTÄVÄT TAITEET

Esittävien taiteiden näyttelijäntöön kurssit

1. Draaman peruskurssi (MT01) Kurssilla harjoitellaan näyttelemisen ja esiintymisen perusasioita. Kurssi sopii kaikille esiintymisestä kiinnostuneille. Suositellaan suoritettavaksi ennen muita näyttelijäntöön kursseja.

TAVOITTEET

Kurssin tavoitteena on, että opiskelija

- haluaa ja uskaltaa esiintyä
- osaa ottaa oman paikkansa ryhmässä ja antaa paikan toisille
- osaa toimia ryhmässä tavoitteellisesti
- ymmärtää draaman ja improvisaation perusajatukset.

KESKEISET SISÄLLÖT

- esiintymisjännityksen tunnistaminen ja hallitseminen
- tarinankerronta
- improvisointi
- äänenkäyttö
- tilankäyttö
- ryhmän kanssa toimiminen

ARVIOINTI

Kurssi arvioidaan suoritusmerkinnällä.

2. Näyttelijäntö 1 (MT02) Kurssilla harjoitellaan kokonaisen näytelmän tai elokuvan roolin esittämistä, mm. roolin ottamista ja siinä pysymistä, esiintymistä yleisölle, äänen ja tilan käyttöä. Toteutus vaihtelee lukuvuoden produktion tarpeiden mukaan.

TAVOITTEET

Kurssin tavoitteena on, että opiskelija

- löytää oman tapansa ilmaista itseään produktiossa
- auttaa toisia heidän roolityöskentelyssään
- osaa ottaa roolin ja pysyä siinä
- osaa ja uskaltaa käyttää ääntään, kasvojaan ja kehoaan ilmaisussa.

KESKEISET SISÄLLÖT

- näyttelemisen käsikirjoituksen pohjalta
- käsikirjoituksen muokkaaminen
- statusharjoitukset
- näytelmän harjoittelu yhdessä ryhmän kanssa

3. Näyttelijäntö 2 (MT03) Syvennetään roolia ja hiotaan esiintymistaitoja ja eläytymistä. Toteutus vaihtelee lukuvuoden produktion tarpeiden mukaan.

TAVOITTEET

Kurssin tavoitteena on, että opiskelija

- löytää oman tapansa ilmaista itseään produktiossa
- auttaa toisia heidän roolityöskentelyssään

- osaa ottaa roolin ja pysyä siinä
- osaa ja uskaltaa käyttää ääntään, kasvojaan ja kehoaan ilmaisussa.

KESKEISET SISÄLLÖT

- näyttöleminen käsikirjoituksen pohjalta
- käsikirjoituksen muokkaaminen
- statusharjoitukset
- näytelmän harjoittelu yhdessä ryhmän kanssa

4. Näyttelijäntyö 3 (MT04) Viimeistellään ja hiotaan roolityöskentelyä. Toteutus vaihtelee lukuvuoden produktion tarpeiden mukaan.

TAVOITTEET

Kurssin tavoitteena on, että opiskelija

- löytää oman tapansa ilmaista itseään produktiossa
- auttaa toisia heidän roolityöskentelyssään
- osaa ottaa roolin ja pysyä siinä
- osaa ja uskaltaa käyttää ääntään, kasvojaan ja kehoaan ilmaisussa.

KESKEISET SISÄLLÖT

- näytelmän hiominen esityskuntoon
- näytelmän harjoittelu yhdessä ryhmän kanssa

5. Produktio 1 (MT05) Produktiot 1, 2 ja 3 on varattu toisessa produktiossaan näyttöleville lisäkursseiksi. Kursseilla harjoitellaan uuden produktion rooleja ja syvennetään ilmaisua. Sisällöt ovat samat kuin kursseilla MT 02 – MT 04.

6. Produktio 2 (MT06)

7. Produktio 3 (MT07)

8. Dramatisointi (MT08) Kurssilla tutustutaan käsikirjoittamiseen kirjoittamisen lajina ja kirjoitetaan tai muokataan käsikirjoitus lukuvuoden produktiota varten.

TAVOITTEET

Kurssin tavoitteena on, että opiskelija

- ymmärtää draaman kaaren erilaisissa tarinoissa
- ymmärtää käsikirjoituksen merkityksen näytelmälle ja elokuvalle
- ymmärtää käsikirjoituksen rakenteen
- osaa tuottaa näytelmä- tai elokuvakäsikirjoitusta

KESKEISET SISÄLLÖT

- erilaisiin käsikirjoituksiin tutustuminen
- käsikirjoituksen rakenteeseen ja draaman kaareen tutustuminen
- kirjoittaminen itsenäisesti ja yhdessä muun ryhmän kanssa

9. Dramatisointi 2 (MT09) Kurssi on tarkoitettu toista kertaa dramatisointikurssille osallistuville. Sisältö on sama kuin kurssilla MT 08.

10. Teatterin lukiodiplomi (MT10) Opetushallitus määrää valtakunnallisen lukiodiplomin suoritus tavat ja arviointiperusteet vuosittain.

[Esittävien taiteiden musiikinkurssit](#)

15. Projektikuoro 1 (MM01) Projektikuoro vastaa pääasiassa lukuvuosittain päätettävän tuotannon laullisista asioista. Kurssin aikana perehdytään kuoron työskentelyyn ja yhteismusiisoinnin perusteisiin. Opetellaan laulamisen tekniikkaa, äänenhuoltoa, hengitystekniikkaa ja äänenmuodostusta sekä harjoitellaan mikrofonilaulamista. Projektikuorossa keskitytään esimerkiksi musikaalilaulamisen erityispiirteisiin tai elokuvamusiikin lauluosuuksien hiomiseen. Projektikuoron tehtävät määräytyvät kunkin lukuvuoden projektin mukaan, joten kuoro voi toimia esimerkiksi musikaalikuorona, taustalaulajina, avustavissa rooleissa näyttämöllä jne. Tarvittaessa kuoro osallistuu laulajina mahdollisten taustanauhujen tai muiden äänitysten tekoon.

16. Projektikuoro 2 (MM02) Kurssi on jatkoa MM15:lle. Mikäli opiskelijalla on jo suoritus em. kurssista, valitsee hän kurssin MM16. Sisältö on sama kuin MT15:ssä, kuitenkin lukuvuoden projektin tarpeet huomioon ottaen.

17. Projektikuoro 3 (MM03) Kurssi on jatkoa MM15:lle ja MM16:lle. Mikäli opiskelijalla on jo suoritus em. kursseista, valitsee hän kurssin MM17. Sisältö on sama kuin kursseissa MM15 ja MM16, kuitenkin lukuvuoden projektin tarpeet huomioon ottaen.

18. & 19. Produktiomusiikki, kurssit 1 ja 2 (MM04 ja MM05) Kursseilla keskitytään kuluvan lukuvuoden projektin musiikin toteutukseen. Kursseilla suunnitellaan ja tuotetaan projektiin tarvittava musiikki alusta loppuun. Musiikin tekemisessä hyödynnetään erilaisia soittimia, syntetisaattoreita sekä musiikkitekniologiaa. Lisäksi projektista riippuen tarvittaessa tallennetaan demo- ja/tai taustanauhoja sekä muuta

tarvittavaa äänimaailmaa, kuten äänitehosteita. Kurssille osallistujat esiintyvät kuluvan lukuvuoden produktiossa muusikoina. Kurssi on kahden kurssin kokonaisuus.

20. & 21. Produktiomusiikki, kurssit 3 ja 4 (MM06 ja MM07) Kurssit ovat jatkoa MM18:lle ja MM19:lle. Mikäli opiskelijalla on jo suoritus em. kursseista, valitsee hän kurssit MM20 ja MM21. Sisältö on sama kuin kursseissa MM18 ja MM19, kuitenkin lukuvuoden projektin tarpeet huomioon ottaen.

22. & 23. Produktiomusiikki, kurssit 5 ja 6 (MM08 ja MM09) Kurssit ovat jatkoa MM20:lle ja MM21:lle. Mikäli opiskelijalla on jo suoritus em. kursseista, valitsee hän kurssit MM22 ja MM23. Sisältö on sama kuin kursseissa MM18-MM21, kuitenkin lukuvuoden projektin tarpeet huomioon ottaen.

Muut esittävien taiteiden kurssit

11. Tanssi-ilmaisu (MT11) Kurssilla tutustutaan tanssin perusteisiin ja harjoitellaan liikettä ja ilmaisua musiikkiin. Kurssilla voidaan suunnitella koreografioita musiikkiteatterin tarpeisiin. Arvostelu perustuu aktiiviseen osallistumiseen, ja kurssi arvostellaan suoritusmerkinnällä.

12. Skenografia 1 (MT12)

TAVOITTEET

Kurssin tavoitteena on, että opiskelija

- oppii käsikirjoituksen pohjalta luomaan mielikuvan tarinan miljööstä ja tekemään tarinan tunnelmaa ja tapahtumia tukevan lavastussuunnitelman.
- tutustuu lavastuksen, puvustuksen ja maskeerauksen merkitykseen, mahdollisuuksiin ja tekniikoihin
- perehtyy tilailluusioiden luomisen keinoihin
- syventää materiaalien hallintaa
- osallistuu musiikkiteatteriproduktion lavastuksen toteuttamiseen

KESKEISET SISÄLLÖT

- lavastus- ja puvustussuunnitelmien tekeminen
- visuaalisen kokonaisuuden suunnittelu ja toteutus musiikkiteatterin tuotantoihin
- pienoismallien rakentaminen
- tilailluusioiden luominen
- perspektiivioppi
- maskeerauksen perusteet
- ryhmätyöt

13. Skenografia 2 (MT13)

TAVOITTEET

Kurssin tavoitteena on, että opiskelija

- osallistuu teatteri- / elokuvaproduktion toteuttamiseen lavastus- tai valaistusryhmien jäsenenä
- oppii ryhmätyötaitoja
- ymmärtää vastuunsa työryhmän jäsenenä.

KESKEISET SISÄLLÖT

- produktioiden lavasteiden rakentaminen, pystytys, vaihtaminen näytösten aikana ja purkaminen
- toimiminen esitysten maskeeraajina ja valaisijoina
- tutustuminen valaistuslaitteistoihin, himmentimiin, valo-ohjaimiin, savukoneeseen ja muihin näytösten aikana tarvittaviin laitteisiin

14. Musiikkivideo (MT14)

TAVOITTEET

Kurssin tavoitteena on, että opiskelija

- tutustuu musiikkivideoiden historiaan ja tyyliin
- paneutuu digitaalikameroiden ja editointiohjelmien käyttöön
- paneutuu tunnelmien luomisen keinoihin (valaistus, rytmi jne.)
- tutustuu kuvan, musiikin ja äänien rinnastamisen mahdollisuuksiin tekemällä lyhyitä videokollaasi- ja scratch-videotyyppejä harjoitustöitä
- ymmärtää suunnittelun ja etukäteisvalmistelujen tärkeyden videotyöskentelyssä
- oppii ryhmätyötaitoja

KESKEISET SISÄLLÖT

- kuvaus- ja leikkausharjoitukset
- tunnelman luomisen keinot
- valaiseminen
- videokollaasit sekä scratch-videot

- musiikkivideon toteuttaminen
- valaiseminen
- ryhmätyöt

Musiikkivideo-kurssilla käytettävät digitaaliset kuvaus- ja editointilaitteistot ovat täysin ammattitasoisia, joten etenkin omaa musiikkia tekeville opiskelijoille ja yhteille kurssit tarjoavat mahdollisuuden TV-tasoisien videoiden toteuttamiseen.

URHEILUPAINOTUS

Salibandy

TAVOITTEET

Salibandyn painottuvan kokonaisuuden käytyään:

- Opiskelija on kehittänyt lajitekniikassa ja pelitaidoissa.
- Opiskelija kykenee itsenäisesti tunnistamaan omia lajitekniisiä ja pelitaidollisia vahvuuksiaan ja heikkouksiaan, sekä pystyy kehittämään ja vahvistamaan niitä.
- Opiskelija osaa analysoida pelaamistaan ja ymmärtää yksilön vaikutuksen peliin.
- Opiskelija ymmärtää, miten toimia joukkueen osana yksilönä edesauttaen joukkueen pelaamista.
- Opiskelija omaa työkaluja, joiden avulla hän voi edelleen kehittää itseään monipuolisena urheilijana sekä joukkuepelaajana.
- Opiskelija osaa antaa ja ottaa vastaan rakentavaa kritiikkiä.

Salibandyn opiskelijavalinnat

Vuosittain mukaan pääsee maksimissaan 12 oppilasta. Opiskelijavalinnat tekevät lajivastaava yhdessä työryhmän kanssa, joka koostuu lukion rehtorista, lajivastaavista, liikunnanopettajista sekä kaupungin liikuntatoimen edustajasta. Kokonaisuuden jakautuminen kuuteen kurssiin sallii sen, että muutokset opiskelijan osallistumisessa urheilupainotteiseen opiskeluun kesken kokonaisuuden ovat mahdollisia. Lähtökohtaisesti osallistujilta kuitenkin vaaditaan sitoutumista kaikkiin kuuteen kurssiin.

Kontaktiopetus

Opiskelijat osallistuvat salibandyn kontaktiopetukseen kaksi tuntia viikossa, jolloin keskitytään lajiharjoitteluun. Harjoittelu tapahtuu aamuisin ennen koulun alkamista. Lajiharjoitusten lisäksi oppilaan kokonaisvaltaista kehittymistä tuetaan muulla kontaktiopetuksella ja tehtävillä. Opiskelijat sitoutuvat aamuharjoituksiin kaksi kertaa viikossa. Harjoittelu tapahtuu koulun liikuntatiloissa.

Kilpailu

Opiskelijat pelaavat sarjapelejä Parkanon Ponteva ry:n heille osoittamassa seuran joukkueessa. Pelaaminen voi tapahtua myös seuran osoittamassa yhteistyöjoukkueessa.

Vuosiluokkakohtaiset painotusalueet

1. vuosi

- kurssit 1 ja 2: urheilutoimintaan sosiaalistuminen opiskelijana ja urheilijana, perus laji- ja pelitaidot jääkiekossa.

2. vuosi

- kurssit 3 ja 4: perus laji- ja pelitaidot salibandyssä, soveltaen pelinopeuteen ja omaan pelipaikkaan.

3. vuosi

- kurssi 5: perus laji- ja pelitaidot salibandyssä, soveltaen pelinopeuteen ja omaan pelipaikkaan.

1. – 3. vuosi kurssi 6: pelikäsityksen- ja lajitiedon kehittäminen sekä ohjaustoimintaan osallistuminen

KURSSIT

Salibandyn kurssit 1 - 5 (UPS01-UPS05)

SISÄLLÖT

Lajitaidot: liikkuminen, syöttäminen, syötön vastaanotto, pallonkäsittely, harhauttaminen, laukominen ja nopeustaitavuus.

Pelitaidot pelitilanteissa: pallollisena pelaaminen, maalinteko ja maalinteon estäminen, kamppailupelaaminen, pelipaikkakohtainen pelitaito ja taktiikka.

Pelit: erilaiset teemapelit

Työmuodot: lajinomaiset harjoitteet kentällä.

Harjoitteet keskittyvät yhteen tai useampaan lajitekniiseen tai pelitaidolliseen osa-alueeseen. Sisältöinä on yksinkertaisia harjoitteita, jotka mahdollistavat paljon toistoja, jolloin myös harjoittelun eriyttäminen on mahdollista. Harjoitteissa keskitytään harjoittamaan 1 - 3 laitekijää, joista pyritään antamaan yksilöllistä palautetta.

ARVIOINTI

Kurssit arvioidaan suoritusmerkinnällä.

Salibandyn kurssi 6 (UPS06)

SISÄLLÖT

Henkilökohtaisen harjoitus- ja urasuunnitelman laatiminen, erotuomarikurssin suorittaminen ja harjoitusryhmän ohjaaminen, sekä mahdolliset muut oppilaan kanssa henkilökohtaisesti sovittavat tehtävät.

Työmuodot: itsenäinen työskentely ja kontaktiopetus sekä käytännön harjoittelu yhteistyössä Parkanon Ponteva ry:n ja seuran yhteistyökumppanien kanssa.

ARVIOINTI

Kurssi arvioidaan suoritusmerkinnällä.

Jääkiekko

TAVOITTEET

Jääkiekkoiluun painottuvan kokonaisuuden käytyään:

- Opiskelija on kehittänyt lajitekniikassa ja pelitaidoissa
- Opiskelija kykenee itsenäisesti tunnistamaan omia lajitekniisiä ja pelitaidollisia vahvuuksiaan ja heikkouksiaan, sekä pystyy kehittämään ja vahvistamaan niitä.
- Opiskelija osaa analysoida pelaamistaan ja ymmärtää yksilön vaikutuksen peliin.
- Opiskelija ymmärtää, miten toimia joukkueen osana yksilönä edesauttaen joukkueen pelaamista.
- Opiskelija omaa työkaluja, joiden avulla hän voi edelleen kehittää itseään monipuolisena urheilijana sekä joukkuepelaajana.
- opiskelija osaa antaa ja ottaa vastaan rakentavaa kritiikkiä.

Opiskelijavalinnat

Vuosittain mukaan pääsee maksimissaan 12 opiskelijaa. Opiskelijavalinnat tekevät lajivastaava yhdessä työryhmän kanssa, joka koostuu kahdesta muusta lajivastaavasta, lukion opinto-ohjaajasta sekä Parkanon kaupungin edustajasta.

Kokonaisuuden jakautuminen kuuteen kurssiin sallii sen, että muutokset opiskelijan osallistumisessa urheilupainotteiseen opiskeluun kesken kokonaisuuden ovat mahdollisia. Lähtökohtaisesti osallistujilta kuitenkin vaaditaan sitoutumista kaikkiin kuuteen kurssiin.

Vuosittain mukaan pääsee maksimissaan 12 oppilasta. Opiskelijavalinnat tekevät lajivastaava yhdessä työryhmän kanssa, joka koostuu lukion rehtorista, lajivastaavista, liikunnanopettajista sekä kaupungin liikuntatoimen edustajasta. Kokonaisuuden jakautuminen kuuteen kurssiin sallii sen, että muutokset oppilaan osallistumisessa urheilupainotteiseen opiskeluun kesken kokonaisuuden ovat mahdollisia. Lähtökohtaisesti osallistujilta kuitenkin vaaditaan sitoutumista kaikkiin kuuteen kurssiin.

Kontaktiopetus

Opiskelijat osallistuvat salibandyn kontaktiopetukseen kaksi tuntia viikossa, jolloin keskitytään jäällä tapahtuvaan lajiharjoitteluun. Harjoittelu tapahtuu aamuisin ennen koulun alkamista. Lajiharjoitusten lisäksi oppilaan kokonaisvaltaista kehittymistä tuetaan muulla kontaktiopetuksella ja tehtävillä. Opiskelijat sitoutuvat aamuharjoituksiin kaksi kertaa viikossa. Harjoittelu tapahtuu koulun viereisessä jäähallissa.

Kilpailu

Opiskelijat pelaavat sarjapelejä Parkanon Kiekko ry:n heille osoittamassa seuran joukkueessa. Pelaaminen voi tapahtua myös seuran osoittamassa pelaajaliikenneseurasopimuksen mahdollistamassa yhteistyöjoukkueessa.

Vuosiluokkakohtaiset painotusalueet:

1.vuosi

- kurssit 1 ja 2: urheilutoimintaan sosiaalistuminen opiskelijana ja urheilijana, perus laji- ja pelitaidot jääkiekossa.

2. vuosi

- kurssit 3 ja 4: perus laji- ja pelitaidot jääkiekossa, soveltaen pelinopeuteen ja omaan pelipaikkaan.

3. vuosi

- kurssi 5: perus laji- ja pelitaidot jääkiekossa, soveltaen pelinopeuteen ja omaan pelipaikkaan.

1. – 3. vuosi kurssi 6: pelikäsityksen- ja lajitiedon kehittäminen sekä ohjaustoimintaan osallistuminen

KURSSIT

Jääkiekon kurssit 1 – 5 (UPJ01-UPJ05)

SISÄLLÖT

Lajitaidot: luistelu, syöttäminen, syötön vastaanotto, kiekonkäsittely, harhauttaminen, laukominen ja nopeustaitavuus.

Pelitaidot pelitilanteissa: kiekollisena pelaaminen, maalinteko ja maalinteon estäminen, kamppailupelaaminen, pelipaikkakohtainen pelitaito ja taktiikka.

Pelit: erilaiset teemapelit

Työmuodot: lajinomaiset harjoitteet jäällä.

Harjoitteet keskittyvät yhteen tai useampaan lajitekniiseen tai pelitaidolliseen osa-alueeseen. Sisältöinä on yksinkertaisia harjoitteita, jotka mahdollistavat paljon toistoja, jolloin myös harjoittelun eriyttäminen on mahdollista. Harjoitteissa keskitytään harjoittamaan 1 - 3 lautekijää, joista pyritään antamaan yksilöllistä palautetta.

ARVIOINTI

Kurssit arvioidaan suoritusmerkinnällä.

Jääkiekon kurssi 6 (UPJ06)

SISÄLLÖT

Henkilökohtaisen harjoitus- ja urasuunnitelman laatiminen, erotuomarikurssin suorittaminen ja harjoitusryhmän ohjaaminen, sekä mahdolliset muut oppilaan kanssa henkilökohtaisesti sovittavat tehtävät.

Työmuodot: itsenäinen työskentely ja kontaktiopetus sekä käytännön harjoittelu yhteistyössä Parkanon Kiekon ry:n ja seuran yhteistyökumppanien kanssa.

ARVIOINTI

Kurssi arvioidaan suoritusmerkinnällä.

E-urheilu

E-urheilua voi opiskella yhteensä viiden (5) kurssin verran 2h/vkossa, paitsi kolmantena vuotena puoli vuotta eli 1 h/vko.

E-urheilun kurssien lisäksi opiskelijat osallistuvat urheilijakasvatuksen kursseille (1h / vko). Opiskelijat osallistuvat kontaktiopetukseen kaksi kertaa viikossa. Toinen näistä tunneista pidetään joukkueen kapteenin johdolla ja toinen ohjaavan opettajan johdolla. Kontaktiopetuksen lisäksi oppilaat sitoutuvat harjoituksiin koulun jälkeen kahdesti viikossa. Koulu mahdollistaa tähän opiskelijoille käyttöön tilat.

E-urheilijat toimivat yhteistyössä paikallisen ParCode e Sports ry:n kanssa.

E-urheilun opiskelijavalinnat

Vuosittain mukaan pääsee 5-6 oppilasta. Oppilasmäärä riippuu pelattavasta pelistä. Yhteensä e-urheilulla voi olla siis maksimissaan 15-18 oppilasta. Kolmannen lukuvuoden opiskelijat eivät osallistu kontaktiopetukseen enää kolmannen jakson puolenvälin jälkeen. Joukkueeseen valitaan kapteeni, jolla on erityisvastuu harjoittelun seurannasta ja esimerkiksi harjoittelutilan käytöstä.

KURSSIT

1. E-urheilu 1. - Pelailijasta pelaajaksi (UPE01)

TAVOITTEET

Tavoitteena on, että opiskelija harjaantuu pelaajana, sekä saa perustietoa ja kokemuksia pelitaitonsa kehittämisestä monipuolisesti. Opiskelija saa kokemuksia yhdessä pelaamisesta sekä positiivisesta kannustavasta ympäristöstä. Opiskelijan koettu pätevyys pelaajana vahvistuu suunnitelmallisen harjoittelun ja pelaamisen myötä.

SISÄLLÖT

- *Sisältöjen tarkempi valinta pelikohtaisesti.*
- *Kurssin keskeinen sisältö on elektronisen urheilun perusteet siinä pelissä, minkä joukkue tai yksilöpelaaja on valinnut.*
- *Kurssilla luodaan joukkueelle oma alustava harjoittelusuunnitelma.*

ARVIOINTI

Kurssi arvioidaan suoritusmerkinnällä.

2. E-Urheilu 2. - Kilpailu ja pelaaminen (UPE02)

TAVOITTEET

Tavoitteena on, että opiskelija oppii soveltamaan yksin ja joukkueena monipuolisesti ja systemaattisesti eri menetelmiä, jotka tukevat opiskelijan ja joukkueen kehitystä pelin parissa. Opiskelijalle pyritään tarjoamaan kokemuksia autenttisesti kilpailuympäristöstä. Opiskelija saa laaja-alaista kokemusta yhdistyksen toimintaan osallistumisesta Parcode esports Ry:n piirissä. Pelin ollessa joukkuepeli, on kurssin tavoitteena edistää opiskelijoiden sosiaalista yhteenkuuluvuutta.

SISÄLLÖT

- *Sisältöjen tarkempi valinta pelikohtaisesti.*
- *Kurssilla voidaan toteuttaa matka lanitapahtumaan Parcode esports Ry yhdistyksen kautta.*
- *Kurssin keskeisiin sisältöihin kuuluu myös muuhun Parcode esports Ry:n toimintaan osallistuminen, kuten esimerkiksi mahdollisuuksien mukaan paikallisen lanitapahtuman suunnittelemiseen ja järjestämiseen osallistuminen.*

ARVIOINTI

Kurssi arvioidaan suoritusmerkinnällä.

3. E-Urheilu 3. - Kehittyvä pelaaja (UPE03)

TAVOITTEET

Opiskelija harjaantuu pelaajana ja kykenee arvioimaan omia käyttämiään harjoitusmenetelmiä kriittisesti. Opiskelija saa ja oppii tulkitsemaan edistyneempää tietoa pelitaitonsa kehittämisestä monipuolisesti. Tavoitteena on erityisesti psyykkisen osa-alueen huomioiminen. Kurssin tavoitteena on kehittää opiskelijan itseluottamusta ja painottaa opiskelijan jaksamista sekä pelaajana että opiskelijana.

SISÄLLÖT

- *Sisältöjen tarkempi valinta pelikohtaisesti.*
- *Kurssin puitteissa voidaan pyytää ulkopuolinen arviointi opiskelijan pelillisestä osaamisesta. Tätä arviointia voidaan käyttää oppilaan kehityksen tukena.*

ARVIOINTI

Kurssi arvioidaan suoritusmerkinnällä.

4. E-Urheilu 4. - Harjaantunut kilpailija (UPE04)

TAVOITTEET

Tavoitteena on, että opiskelija oppii entistä laajemmin soveltamaan yksin ja joukkueena monipuolisesti ja systemaattisesti eri menetelmiä, jotka tukevat opiskelijan ja joukkueen kehitystä valitun pelin parissa. Kurssin puitteissa tuetaan ja pyritään antamaan opiskelijalle mahdollisuuksia päästä vaikuttamaan ja osallistumaan nuorille kestävän ja mieluisan tulevaisuuden rakentamiseen paikallisen e-urheilu yhdistyksen kontekstissa.

SISÄLLÖT

Sisältöjen tarkempi valinta pelikohtaisesti.

Opiskelija osallistuu Parcode esports Ry:n toiminnan suunnitteluun ja kehittämiseen.

Kurssilla voidaan harjoittelun ja itsensä kehittämisen lisäksi järjestää mahdollisuuksien mukaan myös kilpailumatka lanitapahtumaan Parcode esports Ry:n kautta.

ARVIOINTI

Kurssi arvioidaan suoritusmerkinnällä.

5. E-Urheilu 5. - Elämän mittainen matka (UPE05)

TAVOITTEET

Tavoitteena on, että opiskelija oppii arvioimaan omaa osaamistaan ja kehitystään pelaajana laajasti. Opiskelijaa autetaan tunnistamaan omia vahvuuksiaan ja heikkouksiaan sekä joukkueen jäsenenä että yksilöpelaajana. Tavoitteena on tarjota opiskelijalle työkaluja joiden avulla hän voi kehittää itseään itsenäisesti koko loppuelämänsä ajan. Opiskelijaa ohjataan ymmärtämään, että viisaudella ja tasapainoisesti harrastettu kilpailullinen pelaaminen voi olla elämässä voimavara ja vahvuus.

SISÄLLÖT

- Sisältöjen tarkempi valinta pelikohtaisesti.
- Opiskelija tekee laajan itsearvioinnin omasta kehityksestään pelaajana ottaen huomioon oman sosiaalisen, emotionaalisen ja kognitiivisen kehityksen.
- Opiskelija arvioi omia tavoitteitaan elektronisen urheilun suhteen ja suunnittelee itselleen laaja-alaisen pitkäkestoisen harjoittelusuunnitelman mahdollisuuksien mukaan ulkopuolista apua käyttäen.

ARVIOINTI

Kurssi arvioidaan suoritusmerkinnällä.

Urheilijakasvatus

Yksi tunti viikossa kaikille urheilupainotteisuudella opiskeleville urheilijoille.

Urheilijakasvatuksen kurssit 1-3 (UPU01-UPU03)

Opiskelijaurheilija tietää ja ymmärtää keskeisimmät oman lajin suorittamiseen vaadittavat fyysiset, psyykkiset ja sosiaaliset ominaisuudet. Hän ymmärtää nuoren urheilijan kasvun ja kehityksen tukitoimet, sekä oppii harjoittelemaan oikein oman lajinsa vaatimuksien mukaisesti. Opiskelijaurheilijasta kasvaa urheilukasvatuksen myötä itseohjautunut nuori urheilija, jolla on valmiudet harjoitella ja harrastaa tavoitteellista urheilua myös itsenäisesti.

Urheilijakasvatus 1.

Tavoitteet:

- Opiskelija tietää ja ymmärtää oman lajin suorittamiseen vaadittavat keskeisimmät ominaisuudet, niin fyysisellä, psyykkisellä kuin sosiaalisellakin tasolla
- Opiskelija tietää ja ymmärtää kuormitusfysiologian keskeisimpiä perusteita
- Opiskelija tietää ja ymmärtää mitkä ovat fyysiset ominaisuudet ja miten niitä on mahdollista kehittää oman lajin vaatimiin suorituksiin.
- Opiskelija tietää ja ymmärtää testaamisen merkityksen urheilijan kehittymisen kannalta

Sisältö:

- Oman lajin analyysi ja sen tarkastelu. Opintoihin sisällytettynä teoriaa ja käytännön sovellutuksia
 - Fyysiset vaatimukset

- *Psyykkiset vaatimukset*
 - *Sosiaaliset vaatimukset*
- *Hengitys- ja verenkiertojärjestelmän- sekä energia aineenvaihdunnan merkityksiä liikunnassa ja urheilussa.*
 - *Nopeuden, kestävyuden, voiman, taidon, liikkuvuuden ja nopeuskestävyyden perusteita omaan lajiin peilaten. Ominaisuuksien mittaaminen ja testaaminen teoriassa.*
 - *Käytännön oppimista oheisharjoittelun eri muodoissa (fyysiset ominaisuudet) ja huoltavaharjoittelu*

Arviointi

Kurssi arvioidaan hyväksyty tai hylätty periaatteella. Hyväksytyyn suoritukseen vaaditaan tunneilla aktiivinen osallistuminen ja läsnäolo. Mahdolliset itseopiskelutehtävät vaikuttavat kurssiarviointiin.

Urheilijakasvatus 2.

Tavoitteet:

- *Opiskelija tietää ja ymmärtää ravinnon, levon ja palautumisen merkityksen urheilevan nuoren kilpaharrastamisessa ja arjessa.*
- *Opiskelija tietää ja ymmärtää oman lajin mukaisen lihas- ja terveydenhuollon merkityksen ja osaa hoitaa ja ennalta ehkäistä yleisimpiä urheiluvammoja. Opiskelija osaa myös tunnistaa psyykkisen ja fyysisen kuormittavuuden tiloja ja ennaltaehkäistä niitä.*

Sisältö:

- *Energia- ja ravintoaineet ja aterioiden koostaminen ja ateriarytmi*
- *Kehityksen kannalta oikeanlaisen unen, levon ja palautumisen sekä ravinnon liittäminen osaksi tavoitteellista harjoittelua*
- *Käytännön keuhko- ja sydänharjoituksia, fyysisen kunnon kehittämisen tukiharjoittelua*
- *Oman kehon fyysisen ja psyykkisen rasitustilojen tunnistaminen ja niiden ennaltaehkäisyn toimenpiteet*

Arviointi

Kurssi arvioidaan hyväksyty tai hylätty periaatteella. Hyväksytyyn suoritukseen vaaditaan tunneilla aktiivinen osallistuminen ja läsnäolo. Mahdolliset itseopiskelutehtävät vaikuttavat kurssiarviointiin.

Urheilijakasvatus 3.

Tavoitteet:

- *Opiskelija tietää ja ymmärtää harjoittelun jaksotuksen ja ohjelmoinnin perusteita.*
- *Opiskelija oppii toimimaan urheilijana eettisesti oikein ja tietää urheilujuridiikan ja lajiliittotoiminnan perusteita*
- *Opiskelija oppii liikunnan ja urheilun keskeisimpiä yhteiskunnallisia merkityksiä sekä oman lajin asemaa liikuntakulttuurissa*
- *Opiskelija osaa toteuttaa urheilukasvatuksen 1. ja 2. kurssin oppimissisältöjä omaan käytännön harjoitteluunsa, ja osaa luoda itselleen tavoitteita sekä käyttää harjoituspäiväkirjaa.*

Sisältö:

- *Harjoittelun ohjelmointi ja jaksotus*
- *Urheiluetiikka, lajiittotoiminta ja urheilujuridiikka*
- *Liikunta- ja yhteiskunta*
- *Käytännön lajikohtainen oheisharjoittelu ja huoltava harjoittelu*
- *Harjoituspäiväkirja ja tavoitteenasettelu*

Arviointi

Kurssi arvioidaan hyväksyty tai hylätty periaatteella. Hyväksytyyn suoritukseen vaaditaan tunneilla aktiivinen osallistuminen ja läsnäolo. Mahdolliset itseopiskelutehtävät vaikuttavat kurssiarviointiin.