

# Opiskelu- ja urasuunnitteluvalmiudet 1osp

**Selkokielenen**

OPAO

Oulun Palvelualan Opisto

# Sisältö

## Toteuttamissuunnitelma

## Osaamisen arvioinnin toteuttamissuunnitelma

## Ohjeet opettajalle

### Tehtäväosiot:

#### 1. Mitä jo osaan, mitkä ovat tavoitteeni

(opintojen alussa / OPO)

#### 2. Mitä opiskelen ja miksi opiskelen

(opintojen alussa / Vastuuopettaja)

#### 3. Urasuunnitelma

(2. vuoden alussa / OPO)

#### 4. Työnhaku

(2.vuoden alussa / Vastuuopettaja)

# Tutkinnon osan toteuttamissuunnitelma

Tutkinnon osa: Yhteiskunnassa ja työelämässä toimiminen, Opiskelu- ja urasuunnitteluvalmiudet. Pakollinen 1 osp

## Tietopuolinen

opetus tunteina/opetuskertoina

15 h

Työpaikalla tapahtuva oppiminen

-

## Sisältö

- Oma osaaminen ja tavoitteet
- Omat luontevahvuudet
- Oma elämäkenttä
- Omat resurssit
- Unelmatyö
  
- Oma opiskelu
- Tutkinnon osiin tutustuminen
- Oman osaamisen kehittymispolku
- Crear-mittari
  
- Urasuunnittelu
- Jatkokoulutusmahdollisuudet
- Urasuunnitelma
  
- Työnhaku
- CV
- Työhakemus
- Työhaastattelu
- Hissipuhe

Osaamisen hankkimisen kuvaus

- Lähiopetusta
- Ryhmätyöskentelyä
- Verkko-opiskelua itsenäisesti  
Moodleroomsissa
- Tutustumiskäyntejä oppilaitoksiin

# Tutkinnon osan osaamisen arvioinnin toteuttamissuunnitelma (selkokielinen)

## Tutkinnon osa: Yhteiskunnassa ja työelämässä toimiminen, Opiskelu- ja urasuunnitteluvalmiudet. Pakollinen 1 osp

### Ammattitaitovaatimukset:

#### Opiskelija osaa

- tunnistaa omia kiinnostuksen kohteitaan, mahdollisuuksiaan ja tuen tarpeitaan
- tehdä tutkintoaan ja uraansa koskevia valintoja
- hankkia tutkinnon suorittamisen aikana tietoa erilaisista jatkokoulutusmahdollisuuksista ja koulutustarjonnasta
- valmistautua tutkinnon suorittamisen aikana työnhakuun ja oman osaamisensa esittelyyn.

### Osaamisen osoittaminen

Opiskelija osoittaa osaamisensa oppimisympäristöissä aktiivisuudellaan ja suorittamalla opetukseen sisällytettäviä arvioitavia tehtäviä.

#### Arvioitavia tehtäviä ovat:

- Tehtävät Moodlerooms:ssa

Tehtävät, joita on helpotettu, arviointi T1-H3:

Tehtävä 4. Unelmatyöni

Tehtävä 6. Oman osaamisen kehittyminen

Tehtävä 9. Urasuunnitelma

Arviointiin vaikuttaa myös tuntiosaaminen ja –aktiivisuus

### Oppimisympäristö(t):

Lähiopetus

Verkko-opiskelu (Moodlerooms)

Yksilöohjaus

Ryhmätehtävät

### Arvioijat:

Opinto-ohjaaja

Ammatinopettaja

Hylätyn arvioinnin uusiminen / täydentäminen:

Opiskelija näyttää puuttuvan osaamisen tai koko osaamisen uudelleen.

### Muu osaamisen osoittaminen:

### Arvosanan määräytyminen:

Tutkinnon osan osa-alueen arvosana määräytyy tutkinnon perusteissa määrättyjen osaamistavoitteiden ja arviointikriteereiden mukaisen osaamisen arvioinnin perusteella.

Tutkinnonosan osa-alue tehtävä arvioidaan asteikolla 1–5, paitsi tehtävät 4., 6. ja 9. arvioidaan asteikolla 1-3.

## Selkokielineen versio OURAsta

Teksti on selkokielistetty ja muutamia tehtäviä helpotettu (arviointi T1-H3).

Muut tehtävät arvioidaan Hyväksytyy/Hylätty tai T1-K5.

## Helpotetut tehtävät, joissa arviointi T1-H3:

- 4. Unelmatyöni
- 6. Oman osaamisen kehittyminen
- 9. Urasuunnitelma

## Tehtävät, joissa arviointi Hyväksytyy/Hylätty/Täydennettävä:

- 1. Mitä jo osaan, mitkä ovat tavoitteeni (Hyväksytyy, kun opiskelija on tehnyt vahvuuskorttiharjoituksen)
- 3. Voimavarat (Hyväksytyy, kun opiskelija on kertonut HOKS-keskustelussa tämän tehtävän pohdinnat)
- 5. Tutkinnon osiin tutustuminen (Hyväksytyy, kun opiskelija on vastannut kysymyksiin vähintään T1 tasolla)
- 7. Millainen olen opiskelijana (Crear-mittari) (Hyväksytyy, kun opiskelija on tehnyt testin ja lähettänyt raportin opettajan sähköpostiin)
- 8. Jatkokoulutusmahdollisuudet (Hyväksytyy, kun opiskelija on osallistunut OPO:n tunnille ja selvittänyt itselle mahdollisia ja kiinnostavia jatkokoulutusmahdollisuuksia ja käynyt OPO:n johdolla tutustumiskäynnillä jossakin oppilaitoksessa)

## Tehtävät joissa arviointi T1-K5

- 2. Oma elämäkerrä (Minun elämäni)
- 10. CV
- 11. Työhakemus
- 12. Työhaastatteluun valmistautuminen
- 13. Hissipuhe

Osiot suoritetaan lähiopetuksessa ja itsenäisenä opiskeluna.

Kaikille opiskelijoille lähiopetuksena  
Tehtävä 1. Vahvuuskorttiharjoitus ja  
Tehtävä  
8. jatkokoulutusmahdollisuudet

Opettaja voi itse arvioida, mitä opiskelija voi suorittaa itsenäisenä opiskeluna ja mitkä tehtävät vaativat opettajan ohjauksen

Muista merkitä arvioinnit opiskelijoille, kun tehtävä suoritettu!

# Tehtäväosio 1:

## Mitä jo osaan, mitkä ovat tavoitteeni

**Opiskelija tunnistaa omia kiinnostuksen kohteitaan, mahdollisuuksiaan ja tuen tarpeitaan.**

Tässä osiossa kerrot

- Mitä jo osaat
- Missä olet hyvä
- Mitä tavoittelet
- Missä haluat kehittyä

Seuraavat neljä tehtävää auttavat sinua miettimään näitä kysymyksiä



# Tehtävä1:

## Omat luonteenvahvuuteni (VOIMAKEHÄ®- vahvuuskorttiharjoitus)

Ohje tehtävään:

Tämän tehtävän teet oppitunnilla. Opettaja auttaa sinua.

- Valitse jokaisesta vahvuusalueesta 3–7 eniten sinua kuvaavaa vahvuuskorttia
- Ota valitsemistasi korteista selkeä kuva
- Näytä kuvat vastuuopettajalle HOKS-keskustelussa

Tehtävä arvioidaan asteikolla hyväksytty/hylätty

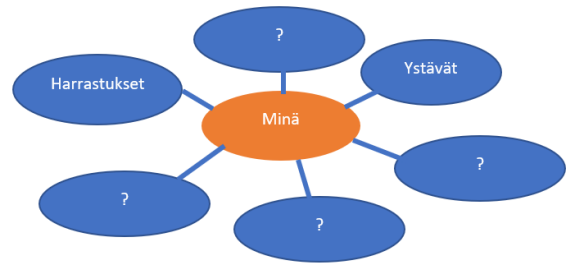
# Tehtävä 2: Oma elämänkenttä (Minun elämäni)

Tässä tehtävässä piirrät omasta elämästäsi ajatuskartan (mind map).

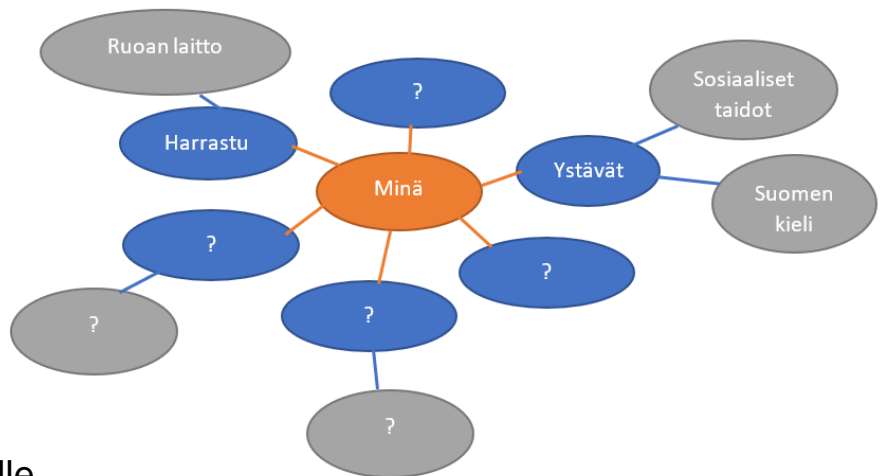
- **mind map=ajatuskartta** Ajatuskartta auttaa sinua oppimaan ja muistamaan asioita. Ajatuskarttaan voit piirtää kuvia ja kirjoittaa tärkeitä avainsanat ja yhdistää ne viivoilla.

## Ohje tehtävään:

- Piirrä paperin keskelle ensin itsesi. Piirrä ympärille itsellesi tärkeitä asioita, esimerkiksi perhe, ystävät, harrastukset ja työ. Katso malli.



Tämän jälkeen mieti, mitä osaamista tai taitoja olet näistä tärkeistä asioista saanut. Mieti erityisesti sitä osaamista, josta on hyötyä tulevassa ammatissasi. Kirjoita ne mind mapiin. Katso malli.



Palauta tehtävä opettajalle.

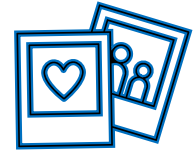
Tehtävä arvioidaan T1-K5.



# Tehtävä 3: Omat voimavarani

*Voimavarat auttavat selviytymään arjessa, ne antavat tukea ja voimaa.*

- *Arvomaailma (asioita, joita arvostat esim. uskonto, kulttuuri)*
- *Ominaisuudet (esim. ystävällisyys, rauhallisuus jne.)*
- *koti tai työ, jos viihdyt siellä*
- *Ihmissuhteet (esim. oma perhe)*
- *lepo ja uni*
- *harrastukset*
- *Unelmat (mitä toivot)*



## Ohje tehtävään

Mieti omia voimavarojasi. Jatka seuraavia lauseita

- Voin hyvin jos...
- Onnistun opinnoissani, koska...
- Arkeni sujuu hyvin, jos minulla on...

Elämässä ja opinnoissa on joskus haasteita. Niihin on mahdollista löytää yhdessä ratkaisuja.

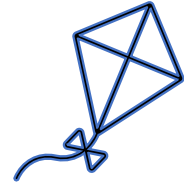
Mieti, mitä haastavia tekijöitä sinulla on. Jatka seuraavia lauseita:

- Hyvinvointiani vaikeuttaa se, että...
- Minun on vaikea onnistua opinnoissani, koska...

Tätä tehtävää ei tarvitse palauttaa Moodleroomsiin, vaan keskustele näistä asioista opettajan kanssa HOKS-keskustelussa.

Arviointi Hyväksytty/Hylätty

# Tehtävä 4: Unelmatyöni



## Ohje tehtävään

Mieti mielessäsi työpäiväsi **viiden vuoden kuluttua**. Millaisen työn haluaisit? Kirjoita vastauksesi alla oleviin kysymyksiin.

- Millaisissa tehtävissä työskentelet? Kerro mitä työtehtäviä päivääsi kuuluu
- Missä työtehtävissä olet hyvä?
- Mitä asioita pidät tärkeänä työssäsi? Mitä tavoitteita sinulla on omassa työssäsi esim. esihenkilön työ (pomo), lisäkoulutus tai joku muu tavoite
- Millaisia työkavereita sinulla on?

Palauta tehtävä tehtäväkansioon.

Tehtävä arvioidaan asteikolla Hyväksytty/Hylätty

# Tehtäväosio 2: Mitä opiskelen ja miksi opiskelen

## **Opiskelija osaa tehdä erilaisia valintoja, kun hän suorittaa tutkintoa.**

- Tutustut tavoitteisiin, joita sinun pitää osata
- Saat tietoa, millaisiin työtehtäviin voit päästä, kun olet suorittanut opinnot loppuun

Seuraavat kolme tehtävää auttavat sinua tutustumaan tutkintoon, jota opiskelet.



# Tehtävä 5: Tutustut tutkinnon osiin

## Ohje tehtävään

- Tutustu oman tutkintosi yhteen tutkinnon osaan
- <https://eperusteet.opintopolku.fi>

1) Mieti, mitkä ovat viisi tärkeää taitoa tai osaamista, jotka liittyvät opiskelemaasi tutkintoon.

2) Mieti, mitä osaamista sinulla jo on

3) Mieti, mitä sinun pitäisi vielä oppia

Kirjoita vastaukset tietokoneella ja palauta tehtävä palautuskansioon.

Tehtävä arvioidaan **Hyväksytty/Hylätty**

Jos saat arvosanaksi **Hyväksytty**, olet tehnyt kaikki tehtävät hyvin.

Jos saat arvosanan **Täydennettävä**, sinun pitää vielä lisätä tehtävään asioita.

Jos et ole tehnyt tehtävää ollenkaan, arvosanaksi tulee **Hylätty**.

# Tehtävä 6:

## Oman osaamisen kehittyminen

### Ohje tehtävään

#### 1) Mieti omaa osaamistasi ja vastaa alla oleviin kysymyksiin

#### Vahvuudet:

- Missä minä olen hyvä?
- Mistä asioista olen saanut toisilta hyvää palautetta?
- Mitä tehtäviä haluan tehdä?

#### Mahdollisuudet:

- Mitkä asiat auttavat minua työllistymään?
- Miksi haluat tehdä asiat hyvin ja saavuttamaan omat tavoitteesi (mikä innostaa sinua)?
- Mitä muutoksia voit tehdä, jotta onnistut ja opit paremmin?

#### Uhat (vaarat)

- Mikä hidastaa tai vaikeuttaa sinun oppimistasi?

#### 2) Valitse itsellesi valinnaiset tutkinnon osat

- Miksi valitsit ne valinnaiset tutkinnon osat?

Palauta tehtävä palautuskansioon.  
Tehtävä arvioidaan T1–H3

# Tehtävä 7: Millainen opiskelija olen (Crear-mittari)

## Ohje tehtävään:

- Kirjoita internetin osoiteriville [crear.fi](http://crear.fi)
- Klikkaa aloitussivun oikeasta yläkulmasta kieli ja valitse selkokieli
- Katso ensin video
- Vastaa kysymyksiin (voit kuunnella kysymykset tai lukea ne)
- Kun olet vastannut kaikkiin kysymyksiin, kuuntele tai lue kommentit (vastaustesi tulos)
- Lähetä tulos sähköpostiisi (kirjoita s-postiosoite viivan päälle)
- Lähetä omasta sähköpostistasi tulokset vastuuopettajan sähköpostiin

Keskustele opettajan kanssa omista tuloksistasi HOKS-keskustelussa.

- **Arviointi Hyväksytty/Hylätty**

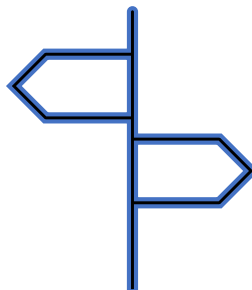
# Tehtäväosio 3: Urasuunnittelu

**Urasuunnittelu**= ura+suunnitelma. Suunnitelma, jossa mietit mitä työtä haluat tehdä tulevaisuudessa ja mitä sinun pitää opiskella, että voit päästä työhön.

- Opiskelija osaa hankkia opintojen aikana tietoa erilaisista jatkokoulutusmahdollisuuksista.

Tavoitteena on, että

- Saat tietoa erilaisista jatkokoulutusmahdollisuuksista
- Teet urasuunnitelmaa, joka auttaa sinua pääsemään töihin
- Saat tietoa erilaisista työtehtävistä, joita sinun on mahdollista tehdä työelämässä



# Tehtävä 8:

## Jatkokoulutusmahdollisuudet

Ammatillinen perustutkinto antaa sinulle mahdollisuuden jatkaa opintojasi ammattikorkeakoulussa tai yliopistossa.

Voit kehittää osaamistasi suorittamalla toisen ammatillisen perustutkinnon, ammattitutkinnon tai erikoisammattitutkinnon.

Työelämä muuttuu koko ajan. Voi olla, että jossakin vaiheessa joudut opiskelemaan lisää asioita. Osaamistasi voit lisätä lisä- ja täydennyskoulutuksella.

Tämän tehtävän tavoitteena on tutkia, millaisia jatkokoulutusmahdollisuuksia sinulla on opintojesi jälkeen.

### Tehtävä:

- Tutkit yhdessä Opinto-ohjaajan kanssa, sinua kiinnostavia jatkokoulutusmahdollisuuksia. Käyt tutustumassa sinua kiinnostaviin opiskelupaikkoihin.
- Tehtävä arvioidaan **Hyväksytty/Hylätty**



# Tehtävä 9: Urasuunnitelma

Urasuunnittelun tavoitteena on, että pääset sinulle mieluisaan työhön.

Tämän tehtävän tavoitteena on, että opit tuntemaan itseäsi.

## Ohje tehtävään:

Mieti tehtävään liittyviä kysymyksiä.

- 1) Kirjoita kolme tärkeintä asiaa, joita toivot tulevalta työpaikaltasi.
- 2) Kirjoita kolme itseäsi kiinnostavaa työnantajaa.
- 3) Kirjoita yksi-kolme kiinnostavaa ammattinimikettä (esim. kokki, sairaalahuoltaja) omalta alaltasi.
  - Millaisia taitoja ja osaamista niissä tarvitaan
- 4) Tutki millainen on oman alasi työelämätilanne. Selvitä ainakin nämä asiat:
  - Onko omalla alallasi avoimia työpaikkoja?
  - Mitä haasteita alallasi on tällä hetkellä?

Palauta tehtävä palautuskansioon.

Tehtävä arvioidaan asteikolla **T1-H3**

# Tehtäväosio 4:

## Työhaku

Opiskelija osaa valmistautua työnhakuun ja osaa esitellä omaa osaamistaan.

Tässä osiossa mietit, millaista työtä haluat tehdä ja miten voit edetä työurallasi.

Osiossa:

- Teet CV:n (ansioluettelo)
- Opettelet kertomaan omia vahvuuksiasi (missä olet hyvä) sekä mitä osaat
- Opettelet, miten valmistaudut työhaastatteluun

Näistä tehtävistä on myös apua, kun haet koulutus sopimuspaikkaa tai kesätyöpaikkaa.



# Tehtävä 10: CV

CV (Curriculum Vitae) eli ansioluettelo on lyhyt kooste sinun työkokemuksestasi, osaamisesta, koulutuksesta ja muista vahvuuksista. CV lisätään työhakemuksen liitteeksi.

Tämän tehtävän **tavoitteena on**, että osaat **tehdä** henkilökohtaisen, omaa osaamistasi esittelevän **CV:n** **työnhakua varten**.

## Ohje tehtävään:

### 1) Tutustu erilaisiin tapoihin toteuttaa CV:

- a) [Perinteinen CV \(T1-T2\)](#)
- b) [Video CV \(H3-H4\)](#)
- c) [LinkedIn-profiili \(K5\)](#)

# Tehtävä 11: Työhakemus

Tämän tehtävän **tavoitteena** on opetella tekemään **hyvä työhakemus**.

Työhakemuksessa kirjoitat työnantajalle, miksi olet kiinnostunut työpaikasta, mitä osaat, miksi olisit hyvä työntekijä työpaikkaan.

## Ohje tehtävään:

1) **Tutustu, millainen on hyvä työhakemus.** Katso video “Vinkkejä työnhakemiseen”.

Internetistä linkejä

- [Tällainen on hyvä työhakemus - Myy osaamisesi työnantajalle näiden vinkkien avulla \(rekrytointi.com\)](#)
- [Duunitorin työhakemusmalli](#)

Voit myös lähettää avoimen hakemuksen kiinnostavaan työpaikkaan, vaikka siellä ei ole ilmoituksia avoimista työpaikoista. Avoin hakemus tarkoittaa, että olet kiinnostunut työpaikasta ja haluat hakea sinne töihin, jos avoimia työpaikkoja tulee myöhemmin.

2) **Tutustu** esimerkiksi TE-palveluiden nettisivuilla alasi **avoimiin työpaikkoihin**. Valitse yksi sinua kiinnostava avoin työpaikka. Selvitä, millaista osaamista ja millaisia ominaisuuksia työnantaja hakijassa arvostaa.

2 a) **Tee** avoimeen työpaikkaan, jonka valitsit, **työhakemus**

**TAI**

2 b) **Tee avoin työhakemus** työpaikkaan, jossa haluaisit tehdä työtä.

Muista tuoda hakemuksessa esille oma todellinen osaamisesi ja ominaisuutesi. Tallenna työhakemus itsellesi sellaiseen paikkaan, että voit muokata ja käyttää sitä myöhemmin, kun haet työpaikkaa.

Palauta työhakemus palautuskansioon.

Tämä tehtävä arvioidaan asteikolla **T1–K5**.

# Tehtävä 12: Työhaastatteluun valmistautuminen

Tämän tehtävän tavoitteena on auttaa sinua työn hakemisessa sekä työhaastatteluun valmistautumisessa.

## Ohje tehtävään:

1) **Tutustu materiaaleihin**, joissa kerrotaan, miten valmistaudut työhaastatteluun (katso videot)

2) **Tee itsellesi muistilista** asioista, jotka sinun on hyvä muistaa, kun valmistaudut työhaastatteluun. Tallenna muistilista sellaiseen paikkaan, että voit muokata ja käyttää sitä myöhemmin, kun olet menossa työhaastatteluun.

Palauta muistilista palautuskansioon.

Tämä tehtävä arvioidaan asteikolla **T1–K5**.

# Tehtävä 13: Hissipuhe

**Hissipuhe**=itsensä esittely.

Lyhyt oma esittely, jossa kerrot kuka olet, millaisen työpaikan haluat, mitä osaat, miksi sinä olisit hyvä työntekijä työpaikkaan. Sana hissipuhe tulee esittelyn pituudesta: hissipuhe on niin lyhyt, että ehdit kertoa sen yhden hissimatkan aikana.

Tämän tehtävän **tavoitteena** on **tehdä** niin sanottu **hissipuhe**, jonka avulla kerrot lyhyesti omasta osaamisestasi.

Kuvittele, että haet työpaikkaa ja pääset haastatteluun. Tuleva työnantajasi pyytää sinua vakuuttamaan hänet 2 minuutissa.

## Ohje tehtävään:

**Valmistele kahden minuutin hissipuhe**, eli tiivis esitys osaamisestasi alla olevan ohjeen mukaan.

### 1) Kuka olet?

Kerro kuka olet. Voit kertoa jotain harrastuksistasi, kesätöistäsi tai muusta työhistoriastasi. Kerro sellaisia asioita, että työnantaja kiinnostuu sinusta ja haluaa palkata sinut.

### 2) Mitä osaat?

Kerro mitä osaat ja missä olet hyvä. Kerro kolme asiaa osaamisestasi.

### 3) Mitä hyötyä sinusta on työnantajalle?

Tämä on hissipuheen tärkein kohta, vakuuta työnantaja siitä, miksi juuri sinut kannattaisi palkata? Osaatko jotain, mitä muut eivät osaa? Oletko innokas oppimaan uusia asioita?

### 4) Kerro palautteesta, mitä olet saanut

Jos sinulle jää aikaa, kerro, jos olet saanut jostain työtehtävästä tai koulussa erityisen hyvää palautetta?

Valmista hissipuhetta kannattaa toistaa ja harjoitella, jotta muistat sen kun oikeasti olet esittelemässä itseäsi työhaastattelussa.

Nauhoita hissipuheesi puhelimella ja palauta opettajallesi **WhatsAppiin**.

Tämä tehtävä arvioidaan asteikolla **T1–K5**.