



TOTEUTUSSUUNNITELMA Valmis

Opintojakso	Lihastasapainokartoitus tule-ongelmien riskien arvioinnissa ja suoritusrajoitusten ennaltaehkäisyssä (01427), 5.0
Toteutus	LYG1421: 2/2014-2015 (20.05.2015 - 31.08.2015)
Tyyppi	OPINNOT (OP)
Ryhmät	Ensisijainen: LYG14SY Muut:
Projektissa mukana	
Luennoitsijat	Heikki Penttilä
Osallistujamäärät	Minimi: Maksimi:
Ilmoittautumisaika	16.03.2015 08:00 - 27.04.2015
Pääsääntöinen toteutusajankohta	Projektin aikataulun mukaan
Soveltuvuus	Vaihto-opiskelijoille: Ei Vapaasti valittaviin: Ei Avoimen opisk: Kyllä Soveltuu virtuaali-AMK:n opintoihin: Kyllä
Opettajat	Penttilä Heikki (Muu opettaja)
Kampus	Laurea Otaniemi
Pääsääntöinen toteutuspaikka	Kampuksella
Toteutustapa	Muu toteutustapa, Optimatoteutus/opiskelijaryhmä, Verkko/virtuaali Kieli: suomi Virtuaalisuus: 1 op T&k-integraatio: 2 op
Toteutusluokka	Tieto- ja taitoperustaa vahvistava, LbD
Painoalat	Palveluliiketoiminta
Arviointi viimeistään	30.09.2015 Suoritusmateriaalin arkistointi päättyy: 31.08.2016
Tenttipäivät	Varsinainen: 9.6. klo 8.30- 11.00 Laurea Otaniemi Uusinnat: 03.09.2015, 01.10.2015
Opintojakson suoritettuaan opiskelija osaa	
Edeltävät opinnot	
Edeltävät opinnot, lisätietoja	Anatomian ja Fysiologian perusopinnot hyväksytysti suoritettuna.
Osaamistavoitteet	Opiskelija osaa hyödyntää FMS- mittaria asiakkaan terveyttä edistävässä jakehollisia riskejä kartoittavassa lihastasapainon mittaamisessa ja arvioinnissa. Opiskelija ymmärtää Lihastasapainokartoituksenhermo-lihastoimintaa kuvaavan teorian ja sen perusteet ihmisen perusliikkumisen mallinnusten mahdollistajina.
Keskeinen sisältö	- Tutustuminen Perusliikkumisen mallinnuksia mittaavan FMS-testinteeoreettiseen perustaan lihastapainon arvioinnin ja kehittämisen kannalta.- FMS testin harjoittaminen ja analyysipareittain liikuntasalissa- Vapaaehtoisen kaveriasiakkaan FMS- testaaminen &videointi ja alustavan analyysin esittäminen ja evaluointi yhteisen tiedon jakamisen ryhmässä- Lähdemateriaaliin perustuvan raportin laatiminen omasta asiakkaasta- Teoriatentin suorittaminen erillisen intron perusteella
Oppimateriaali	Kirjallisuus: Comerford, M. & Mottram S., 2012, " Kinetic control" Cook, G., 2010 "Functional movement screen" joista sovitaan tenttimateriaali yhdessä.
Ohjaus ja viestintä	Optima -verkkoalustalla sekä kontaktitunnella ja labraharjoituksissa.
Arviointikriteerit ja arviointimenetelmät	Läsnäolo 100 % introluennolla sekä laboratorioharjoituksissa (voi vaikuttaa arvosanaan nostavasti) Raportin kirjoittaminen (erill ohje) (raportti vaikuttaa arvosanaan nostavasti) Teoriatentin suorittaminen (numeerinen arviointi)

Oppimistapahtumat

Pvm	Klo	H	Aihe	Sisältö	Tila	Opettajat
20.05.2015	8.30-11.45	4	Op -jakson intro, sisällöstä ja tehtävistä sopiminen	OSALLISTUMISEN EDELLYTYS OP-JAKSOLLE: HYVÄSYTYT SUORITUKSET ANATOMIAN JA FYSIOLOGIAN OPINTOJAKSOJEN HYVÄKSYTTY SUORITTAMINEN!	lkätila, tykki tarvitaan	

**TOTEUTUSSUUNNITELMA Valmis**

				Opintojakson ntro: tehtävät ja tentit sekä läsnäolosta sopiminen.		
20.05.2015	12.30-15.45	45	Tule-riskikartoitustestien jattu pariharjoittelu, Liikuntasalivarustus (miel alle shortsit ja t-paita tai vast.).	FMS-testiin perustuvien testipatteriton	Kuntosali	
25.05.2015	8.30-13.00	06	asiakastestausta ja analyysia	Opiskelijaparien spesifi testaaminen ja videointi Otaniemessä. Asiakkaat joko ystäviä tai kurssikavereita.	Liikuntasali	
25.05.2015	14.00-15.45	45	Tule-riskikartoitustestien harjoittelu, asiakastestaus ja analyysia	Käsitteanalyysit jatkuvat....	Lkahuoneympäristö	
27.05.2015	8.30-15.45	8	Asiakastestien tekemistä, analyysia ja vertaisarviointia	ITSENÄISTÄ FMS- testausta ja analyysia	ITSENÄISTÄ	
28.05.2015	8.00-11.00	03	Testien tekeminen	ITSENÄISTÄ FMS testausta	ITSENÄISTÄ	
03.06.2015	8.30-16.00	08	Videoanalyysit	Tehtyjen testien Videoanalyysit j yhteinen tiedonjakaminen.	lkahuonetila	
09.06.2015	9.00-11.30	3	TENTTI	Tentti erillisen materiaalin mukaan.	lkahuone	
19.06.2015	16.00		raportti optimaan	Viekkää raporttiinne optimaan ja antakaa lukuoikeus opponenttilenne.	Optima	
01.06.2015	8.30-15.45	58	Testien videointia	Itsenäistä videointia ja analyysia	ITSENÄISTÄ	
26.06.2015	16.00		Opponenttien palaute optimaan	Tuo vertaisarviointisi parisi työtilaan kello 16:een mennessä.	Optima	
22.05.2015	12.00-14.00	2	Korvaava Intro 20.5 päivälle	Mikäli olet ehdottomasti estynyt 20.5. intro -päivään osallistumasta, niin tämä on mahdollinen , tosin huonompi, korvaava toteutus	lkahuonetila	