

TOTEUTUSSUUNNITELMA Valmis

Opintojakso	Toimintakyvyn tukeminen (G8328), 5.0
Toteutus	TOG1611: 1/2016-2017 (29.08.2016 - 23.12.2016)
Tyyppi	HYVINVOINNIN EDISTÄMINEN (G103)
Ryhmät	Ensisijainen: TOG16SY Muut:
Projektissa mukana	
Luennoitsijat	Irma Karhu ja Kati Nykänen + Sydän 2016 - messutapahtuman 24.9. klo 10-16 luennoitsijat
Osallistujamäärät	Minimi: 20 Maksimi: 50
Ilmoittautumisaika	16.05.2016 08:00 - 31.05.2016
Pääsääntöinen toteutusajankohta	Erikseen sovittavan aikataulun mukaan
Soveltuvuus	Vaihto-opiskelijoille: Ei Vapaasti valittaviin: Ei Avoimen opisk: Ei Soveltuu virtuaali-AMK:n opintoihin: Ei
Opettajat	Karhu Irma (Vastuupettaja), Nykänen Kati (Muu opettaja)
Kampus	Laurea Otaniemi
Pääsääntöinen toteutuspaikka	Kampuksella
Toteutustapa	Optimatoteutus/opiskelijaryhmä Kieli: suomi Virtuaalisuus: 0 op T&k-integraatio: 3 op
Toteutusluokka	Tieto- ja taitoperustaa vahvistava, LbD
Painoalat	Hyvinvoinnin turvaaminen (FUAS)
Arviointi viimeistään	23.01.2017 Suoritusmateriaalin arkistointi päättyy: 23.12.2017
Tenttipäivät	
Opintojakson suoritettuaan opiskelija osaa	Opiskelija osaa • kuvata verenkierto- ja hengityselimistön toimintavajavuuksien merkityksen ihmisen hyvinvoinnille ja toimintakyvylle • arvioida sydän- ja verenkierto sekä hengityselintoimintojen suorituskykyä eri-ikäisillä henkilöillä • ohjata erilaisin keinoin hyviä elintapoja (fyysinen aktiivisuus, ravitsemus) eri-ikäisillä
Edeltävät opinnot	
Edeltävät opinnot, lisätietoja	Perusteet suoritettuina sydän- ja verenkiertoelimistön rakenteista ja toiminnasta.
Keskeinen sisältö	Verenkierto- ja hengitysjärjestelmän toimintojen arviointi. Ennaltaehkäisevä ohjaus ja neuvonta terveellisiin elintapoihin elämänkaaren eri vaiheissa. Eri sydänpotilaiden liikunnallinen kuntoutus eri-ikäisillä. Hengitystoimintoja tukevaan fysioterapiaan perehtyminen eri-ikäisillä.
Oppimateriaali	Suomen Sydänliiton www.sydanliitto.fi ja Hengitysliiton www.hengitysliitto.fi materiaalit erityisesti Sydänliiton Prosarjan Liikuntaoppaat. Bäckmand H. (toim.). Hyvä hengitysterveys: opas hengityssairauksien hoitoon. THL:n verkkojulkaisu. Hengityssairaudet ja hengitysvaje, teoksessa Fysiatria 2009. Circulation verkkojulkaisu, American Heart Association (AHA) julkaisu.
Projekti/hanke (nimi)	Opintojaksolla opiskelijapari toimii elämäntapa-valmentajina Espoon, Helsingin, Kauniaisten ja Vantaan kaupungin sekä Helsingin ja Uudenmaan sairaanhoitopiirin (HUS) henkilöstölle Matka Hyvään Kuntoon -polulla. Projektin yhteyshenkilönä toimii Taina Liukkonen, työhyvinvointikonsultti, HUS henkilöstöjohto.
Muut toteutusjärjestelyt	Opintojakso sisältää luentoja ja työpajoja monialaisissa työryhmissä Otaniemen kampuksella. Osallistuminen lauantaina 24.9.2016 Sydän 2016 - messutapahtumaan klo 10-16 Finlandiatallolla.