

TOTEUTUSSUUNNITELMA Valmis

Opintojakso	Stress Tolerance (R0223), 5.0
Toteutus	VKE1611: 1/2016-2017 (01.10.2016 - 31.12.2016)
Tyyppi	TÄYDENTÄVÄ OSAAMINEN (T)
Ryhmät	Ensisijainen: VKE16SY Muut:
Projektissa mukana	
Luennoitsijat	Leena Kuosmanen
Osallistujamäärät	Minimi: 20 Maksimi: 40
Ilmoittautumisaika	01.09.2016 08:00 - 15.09.2016
Pääsääntöinen toteutusajankohta	
Soveltuvuus	Vaihto-opiskelijoille: Kyllä Vapaasti valittaviin: Kyllä Avoimen opisk: Ei Soveltuu virtuaali-AMK:n opintoihin: Kyllä
Opettajat	Kuosmanen Leena (Vastuupettaja)
Kampus	Laurea Leppävaara
Pääsääntöinen toteutuspaikka	Kampuksella
Toteutustapa	Muu toteutustapa, Optimatoteutus/opiskelijaryhmä, Verkko/virtuaali Kieli: englanti Virtuaalisuus: 5 op T&k-integraatio: 0 op
Toteutusluokka	Tieto- ja taitoperustaa vahvistava, LbD
Painoalat	Ei painoalayhteyttä
Arviointi viimeistään	16.01.2017 Suoritusmateriaalin arkistointi päättyy: 16.12.2017
Tenttipäivät	Varsinainen: Assignments according to the schedule
Opintojakson suoritettuaan opiskelija osaa	The student is able to • recognize his/her stress factors • improve his/her stress management skills • improve his/her skills in carrying out studies and graduate in time • manage his/her thesis angst and minimize barriers
Edeltävät opinnot	
Edeltävät opinnot, lisätietoja	Stress Tolerance is addressed to the third and fourth year students, who have challenges in completing studies and starting or working with Bachelor's thesis.
Osaamistavoitteet	Stress Management skills Time Management skills Systematic and structured working skills SWOT and Competence Mapping Self-Management skills
Keskeinen sisältö	
Ohjaus ja viestintä	Introduction to the contents, aims and evaluation of the study unit Personal Study Plan Discussions with a pair and in teams Reflection Optima workspaces Contact session 50% and virtual studies 50%.
Opiskelijan työmäärän jakautuminen	The introduction session is compulsory for all, who have been accepted to the study unit. The introduction session is held at Laurea Leppävaara on Monday 3.10. at 12.30 - 15.00. See the classroom in ASIO, please. The contact sessions are held in Leppävaara campus on Monday afternoons: 3.10., 10.10., 17.10., 31.10., 7.11. 21.11. and 28.11. at 12.30 - 15.00. See the classrooms in ASIO, please.