



”Liukuhihna on
nerokas keksintö.
Niin kauan kuin se on
tarkoitettu tavaroille.”

Niko, sosiaalian opiskelija, Lahti

OPINTO-OPAS 2012

**Lahden ammattikorkeakoulu
Aikuiskoulutus
Sosiaali- ja terveysala**

Sosiaali- ja terveysalan erikoistumisopinnot 30 op
Tuki- ja liikuntaelimestön fysioterapian erikoistumisopinnot

Fysioterapian erikoistumisopinnot

TUKI- JA LIIKUNTAELIMISTÖN FYSIOTERAPIAN ERIKOISTUMISOPINNOT

Tuki- ja liikuntaelinsairaudet ovat yksi maamme merkittävimmistä väestön työ- ja toimintakykyä heikentävistä tekijöistä. Terveys 2000-tutkimuksen mukaan tuki- ja liikuntaelinsairaudet ovat keskeisiä varhais- ja työkyvyttömyyseläkkeiden sekä lyhytaikaisten sairauspoissaolojen syitä. (Aromaa & Koskinen 2002, 47).

Toistuvat ja lisääntyvät tuki- ja liikuntaelinvaivat ovat hyvin yleisiä niin aikuisväestöllä kuin nuorisollakin. Aikuisväestöllä erityisesti selkäsairaudet aiheuttavat toimintakyvyn lyhyt- tai pitkäkestoista rajoittumista, joka heikentää elämänlaatua huomattavalla osalla väestöstä. (Riihimäki 1999, 1665; Salminen 2002, 252). Useissa lapsille ja nuorille tehdyissä tutkimuksissa on havaittu, että jopa puolella kaikista tutkimuksiin osallistuneista lapsista on esiintynyt selkäkipuja (Salminen, Erkintalo, Pentti, Okasanen & Kormamo 1999, 1316; Sulander ym. 2007; Kouluterveys 2010 tutkimukset). Alaselkäkipujen lisäksi niska-hartiakivut ovat lisääntyneet suomalaisten nuorten keskuudessa (Salminen 2002, 252).

Fysioterapeutin vastaanotolle ohjataan tulevaisuudessa yhä enemmän tuki- ja liikuntaelinoireisia ihmisiä. Siksi näyttöön perustuva fysioterapia, kliinisen päättelyn osaaminen ja terapeutin harjoittelun lainalaisuudet sekä uudet tutkimus- ja terapiamenetelmät ovat avainasemassa suunniteltaessa tulevaisuuden fysioterapiaa ja oireita ennaltaehkäisevää toimintaa. Tuki- ja liikuntaelinoireisen fysioterapiassa asiakkaat tulee huomioida yhä laaja-alaisemmin toimintakyvyn, toimintarajoitteiden ja terveyden kansainvälinen luokituksen mukaan (ICF) sekä hyödyntää aktiivisia ja asiakkaita osallisavia menetelmiä.

Erikoistumisopintojen tavoitteena on kouluttaa fysioterapian osaajia, jotka pystyvät edistämään alaansa ja kehittämään työtään muuttuvassa yhteiskunnassa. Opinnot ohjaavat jatkuvaan oppimiseen, oman ja työyhteisönsä toiminnan arviointiin ja kehittämiseen sekä kriittiseen ja systemaattiseen ajatteluun. Tavoitteisiin pyritään opinnoissa oppimistehtävillä, lähiopetuksella, verkko-opinnoilla ja erikoistumistyöllä. Opiskelussa korostuu yhteisöllinen ja elinikäinen oppiminen.

Osallistuminen lähiopetusjaksoihin ja arviointi

Teoriaopinnoista noin neljännes on lähiopetusta ja ne järjestetään pääsääntöisesti torstai-iltana sekä päiväopetuksena perjantaina ja/tai lauantaina noin kaksi kertaa kuukaudessa. Opinnot etenevät prosessimaisesti. Oppimisprosessin eteneminen edellyttää aktiivista osallistumista lähiopetusjaksoihin sekä opintoihin sisältyvän materiaaliin tutustumista ja oppimistehtävien suorittamista. Osa opinnoista toteutuu Moodle-verkkoalustaa hyödyntäen. Opinnot arvioidaan asteikolla hyväksytty/täydennettävä/hylätty. Erikoistumistyöstä tulee erillinen kirjallinen lausunto. Todistuksen saaminen edellyttää kaikkien opintojaksoiden hyväksyttyä suorittamista.

Jokaisella voi kuitenkin tulla joskus sairastumisia tai muita pakollisia esteitä, jotka hidastavat opiskelun suorittamista. Sovi silloin oman tuutorisi kanssa, miten voit kyseisen jakson korvata eli suorittaa toisella tavalla. Voit itse tehdä suorittamistavasta esityksen.

Yleistä aikuiskoulutuksesta

Sosiaali- ja terveysalan laitoksella aikuiskoulutus pohjautuu vahvasti aikuispedagogiikkaan, jossa pääpainona on tukea aikuisia oppimaan opetusjärjestelyiltään ja pedagogisilta ratkaisuiltaan mielekkäällä tavalla. Koulutus on suunniteltu niin, että opinnot on pääosin mahdollista suorittaa työn ohessa. Opetus toteutetaan pääsääntöisesti monimuoto-opiskeluna, jossa lähiopiskelu, itsenäinen opiskelu, työelämän harjoittelujaksot, verkko-oppiminen sekä yksilö- ja ryhmäohjaus yhdistyvät oppimisessa.

Opiskelun tavoitteena on aiemmin opitun ja koulutuksen tuottaman opetuksen integroituminen uudeksi osaamisen kokonaisuudeksi. Aikuiskoulutuksessa korostuvat oppijan jatkuva kehittyminen ja elinikäinen oppiminen. Oppijan kehittyminen korostuu erikoistumistyössä, jossa aikuisopiskelija vastaa työelämästä nousseeseen kehityshaasteeseen.

Oppijälähtöisyyden toteutuminen opintosuunnitelmassa

Aikuiskoulutuksessa hyödynnetään aikuisten elämäkokemusta ja työelämän tuntemusta ja tuetaan positiivisten oppimiskokemuksien syntymistä. Opetuksessa korostuu kokemuksen ja uuden tiedon reflektointi.

Opiskelija laatii opintojen alkuvaiheessa henkilökohtaisen oppimissuunnitelman (HOPS), jonka avulla hän sovittaa osaamistaan opetussuunnitelman osaamistavoitteisiin. Aikuiskopiskelijan opiskelussa huomioidaan hänen aiemmin hankitun osaamisen tunnistaminen ja tunnustaminen. Tunnistaminen ja tunnustaminen toteutuvat Lahden ammattikorkeakoulun käytänteiden mukaisesti. Hyväksilukemisen lähtökohtana on opintojakson tavoitteita vastaava osaaminen. Opiskelija keskustelee opettajatutorinsa kanssa mahdollisista hyväksilukemisista sekä opintojen erityyppisistä suoritustavoista.

Suunnitelmasta opiskelija rakentaa kirjallisen HOPSin, jonka hän hyväksyttää opettajatutorilla. HOPSia tarkennetaan opintojen eri vaiheissa. Aiemman opitun tunnistamisesta ja tunnustamisesta hakemisesta vastaa opiskelija.

Kokonaisvaltainen opiskelun prosessi näkyy yksilöllisen ja yhteisöllisen oppimisen vuoropuheluna. Opiskelun yksilöllinen ja itseohjautuva luonne näkyy opinnoissa mm. itsenäisenä tiedonhakuna ja oppimateriaaliin tutustumisena. Yhteisöllinen luonne näkyy vuorostaan pienryhmissä tehtävien seminaaritöiden rakentamisena, esittämisenä sekä opiskelijoiden kesken vallitsevana vuorovaikutteisena keskusteluna. Vuorovaikutteisella keskustelulla rakennetaan yhteistä näkemystä muun muassa opittavista asioista sekä työelämästä että harjoittelusta esille nousseista asioista.

Verkko-opetuksella tarkoitetaan verkkoalustaista oppimisympäristöä. Opiskelijat työstävät niin yksilöllisesti kuin yhteisöllisesti opintoja myös verkko-opetuksen muodossa. Verkko-opetus toteutuu itseohjautuvasti tai ohjatusti. Opiskelija pyrkii paitsi yksilölliseen oppimiseen myös sosiaalisessa kontekstissa jaetun asiantuntijuuden hankkimiseen. Sosiaali- ja terveysalan laitoksella verkko-opetus on tärkeä osa aikuisten opiskelua. Verkko-opetus edellyttää opiskelijalta tietokonetta ja verkkoyhteyttä.

Opiskeluun kuuluu vahvasti oppijan itsearviointi. Itsearviointi perustuu humanistiseen ihmiskäsitykseen ja itseohjautuvuuden periaatteeseen: sen perimmäisenä lähtökohtana on usko ihmisen omaan kykyyn ratkaista itseään koskevia asioita. Itsearvioinnin tehtävänä on tukea yksilötasolla tapahtuvaa oppimista, toiminnan kehittämistä ja arviointia. Itsearviointi kuuluu osaksi opintoja ja sen tarkoitus on kohdistua itselle tärkeisiin osa-alueisiin. Opintojen alusta lähtien aikuisopiskelijoita tuetaan itseohjautuvuuden vahvistumiseen.

Opettajatutor

Aikuisopiskelijoiden opettajat toimivat ohjaajina ja tukijoina. Opintoja tuetaan lisäksi tutortoiminnalla. Opettajatutor on asiantuntija tuki- ja liikuntaelämisen fysioterapiassa ja hänen keskeinen päämääränsä on auttaa, tukea, opastaa, ohjata ja neuvoa opiskelijoita saavuttamaan opiskelulle asetetut tavoitteensa sekä ohjata oppimisen ja opiskelun prosessissa. Tutorointi on opiskelijan ja opettajan välistä yhteydenpitoa (dialogia), jossa pyrkimyksenä on vähentää oppimisesteitä, edistää oppimista ja itsenäistä oppimisprosessin hallintaa ja näin saavuttaa oppijan itseohjautuvuusvalmius.

Opintojen rakenne

Tuki- ja liikuntaelämisen fysioterapian erikoistumisopinnot	30
YLEISOPINNOT 4 OP	4
08OPVAL12 Oppimisvalmiuksien kehittäminen	1
08TKT12 Tutkivan ja kehittävän työtöten vahvistaminen tuki- ja liikuntaelämisen fysioterapiassa	3
AMMATILLISET OPINNOT 20 OP	20
08TULE12 Tuki- ja liikuntaelinhäiriöiden fysioterapeuttinen tutkiminen ja erotusdiagnostiikka	8
08TERA12 Terapeuttinen harjoittelu ja asiakkaan ohjaaminen	6
08TUSY12 Tuki- ja liikuntaelämisen fysioterapian syventävät opinnot	6
ERIKOISTUMISTYÖ	6
08ETYÖ12 Erikoistumistyö	6
ERIKOISTUMISOPINNOT YHTEENSÄ 30 OP	30

Tuki- ja liikuntaelimestön fysioterapian erikoistumisopinnot

YLEISOPINNOT 4 OP

08OPVAL12 OPPIMISVALMIUKSIEN KEHITTÄMINEN 1 OP

Tavoitteet ja sisältö

Opiskelija orientoituu erikoistumisopintoihin sekä oman oppimisen tiedostamiseen, suunnitteluun ja arviointiin. Opiskelija oppii käyttämään oppimispäiväkirjaa arvioidessaan oppimistaan ja ammatillista kasvuaan. Lisäksi opiskelija kehittää tietotekniikan hyödyntämisessä tiedonhaun ja -käsittelyn apuvälineenä.

- henkilökohtaisen opetussuunnitelman laatiminen (HOPS)
- tuutorointi, itseohjautuvuus, oppimispäiväkirja
- Moodle verkko-oppimisympäristö

Suoritustapa

Osallistuminen lähiopetukseen

Oppimistehtävä

Oppimispäiväkirja

Arviointi

Hyväksytty /Täydennettävä/ Hylätty

Opiskelumateriaali

Hirsijärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2009. Tutki ja kirjoita.

Koro, J. 1993. Aikuinen oman oppimisensa ohjaajana. Jyväskylän yliopisto, Jyväskylä.

Lahden ammattikorkeakoulun opinnäytetyöohje 2009. <http://reppu.lamk.fi> (opinnäytetyö).

Mäkelä, M. & Autti-Rämö, I. 2007. Menetelmien arviointi terveydenhuollossa. Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimus- ja kehittämiskeskus. Terveydenhuollon menetelmien arviointiyksikkö.

Otala, L. 1999. Osaajana opintielä. Opas elinikäisen oppimisen matkalle. WSOY, Porvoo.

Muu ajankohtainen kirjallisuus ja materiaali sovitaan opintojen aikana.

08TKT12 TUTKIVAN JA KEHITTÄVÄN TYÖOTTEEN VAHVISTAMINEN TUKI- JA LIIKUNTAELIMISTÖN FYSIOTERAPIASSA 3OP

Tavoitteet

Opiskelija perehtyy fysioterapian tutkimuksissa käytettyihin menetelmiin ja sekä näyttöön perustuvan fysioterapian peruseriaatteisiin. Opiskelija ymmärtää fysioterapiatutkimuksen ja näyttöön perustuvien suositusten merkityksen omassa työssään ja fysioterapian kehittämisessä. Opiskelija harjoittelee tieteellisten lähteiden hakemista tietokannoista, tutkimusten kriittistä lukemista sekä tutkimusten hyödyntämistä omassa työssä. Opiskelija lisää tietämystä erilaisista haastattelutekniikoista ja toimintatavoista, jotka lisäävät fysioterapeutin tietämystä asiakkaan kokonaistilanteesta; toimintakyky, elämän laatu, motivaatio, tavoitteet.

Sisältö

- tiedonhaku ja erilaiset tietokannat
- tutkiva ja kehittävä työote
- tutkimuksen lukemisen ABC
- oman työn kehittäminen näyttöön perustuen
- ICF- viitekehysten käyttö tuki- ja liikuntaelimestön fysioterapiassa
- fysioterapiatavoitteiden määrittämien ja tavoitteiden saavuttamisen arviointi
- asiakaslähtöisyys

Suoritustapa

Osallistuminen lähiopetukseen

Tutkimusreferaatti ja verkkotyöskentely

Arviointi

Hyväksytty/Täydennettävä/Hylätty

Opiskelumateriaali

Tieteelliset artikkelit ja julkaisut

AMMATTILLISET OPINNOT 20 OP

08TULE12 TUKI- JA LIIKUNTAELIN HÄIRIÖIDEN FYSIOTERAPEUTTINEN TUTKIMINEN JA EROTUSDIAGNOSTIIKKA 8 OP

Tavoitteet

Opiskelija syventää ihmisen tuki- ja liikuntaelimestön toiminnallisen anatomian ja patofysiologian tietämystään. Opiskelija syventää tietojansa tuki- ja liikuntaelimestön tutkimisesta, kipumeکانismeista ja klinisistä päättelystä.

Sisältö

- tuki- ja liikuntaelimestön toiminnallinen anatomia ja patofysiologia
- niskan, hartiaarenkaan ja yläraajan tutkiminen

- selän, lantiorenkkaan ja alaraajan tutkiminen
- kivun arviointi ja kipumekanismit

Suoritustapa

Verkkotehtävät ja aktiivinen osallistuminen lähiopetukseen

Arviointi

Hyväksytyt/ Täydennettävä/Hylätty

Opiskelumateriaali

Magee, DJ. 2002 tai uudempi painos. Orthopedic physical assessment. W.B. Saunders Company.

Butler D. 2005. The neurodynamic techniques. Noigroup. tai

Shacklock M. 2005. Clinical neurodynamics. Elsevier.

Kaksonen A. 2008. Niskan provokaatiotestien luotettavuus. Pro gradu tutkielma. Kuopion yliopisto.

Luomajoki H. 2010.

Tieteelliset artikkelit ja julkaisut

08TERA12 TERAPEUTTINEN HARJOITTELU JA ASIAKKAAN OHJAAMINEN 6 OP

Tavoitteet

Opiskelija syventää tietämystään biomekaniikan ja kuormitusfysiologian sekä motorisen oppimisen merkityksestä harjoitteluohjelmaa laadittaessa. Opiskelija syventää ymmärrystään erilaisten harjoitteluun liittyvien periaatteiden vaikutuksesta mm. ruumiin /kehon toimintoihin ja ruumiin rakenteisiin sekä suorituksiin ja osallistumiseen. Lisäksi opiskelija syventää tietämystään asiakkaan ohjaamiseen ja neuvontaa liittyvissä tekijöissä sekä tunnistaa omat vahvuutensa ja kehittämisalueensa asiakkaan ohjaamisessa.

Sisältö

- motorinen oppiminen: taksonomiat, ohjaustavat, palaute
- motorisen oppimisen ja asiakkaan ohjaamisen periaatteet omaa työtään analysoiden
- terapeuttisen harjoittelun peruseriaatteet
- terapeuttisen harjoittelun suunnittelu ja toteuttaminen teoreettisesti perustellen
- terapeuttisen harjoittelun tutkimusten arviointi
- terapeuttisen harjoittelu soveltaminen erilaisissa ympäristöissä (esim. työpaikka, koulu)

Suoritustapa

Osallistuminen lähiopetukseen

Oman työn videointi ja ohjaamisen analysointi.

Harjoitteluohjelman laatiminen asiakkaalle

Arviointi

Hyväksytyt / Täydennettävä / Hylätty

Opiskelumateriaali

Comerford, M & Mottram, S. 2011. Kinetic control. Churchill Livingstone.

Sahrmann, S. 2001. Diagnosis and treatment of movement impairment syndromes. Elsevier. Mosby.

Sahrmann, S and associates. 2010. Movement system impairment syndromes of extremities, cervical and thoracic spines. Elsevier . Mosby.

McArdle, W., Katch, F. & Katch, V. 2000. Essentials of exercise physiology. Lippincott Williams & Wilkins.

Tieteelliset artikkelit ja julkaisut.

08 TUSY12 TUKI- JA LIIKUNTAELIMISTÖN FYSIOTERAPIAN SYVENTÄVÄT 6 OP

Tavoitteet

Opiskelija syventää kliinisen päättelyn taitoja yleisimmissä tuki- ja liikuntaelinhäiriöissä, huomioiden eri-ikäiset ja eri toimintaympäristössä olevat asiakkaat. Opiskelija perehtyy uusimpiin terapiasuosituksiin ja arvioi niiden sovellettavuutta fysioterapian käytäntöön.

Sisältö

- alaselkävivun luokitukset ja varhaisvaiheen fysioterapeuttinen diagnosointi
- toiminnalliset ja rakenteelliset häiriöt alaraajojen kineettisessä ketjussa ja niiden harjoittaminen
- niskan ja hartiarenkkaan asento- ja liikekontrollin häiriöt ja terapeuttinen harjoittelu
- toimintakyvyn tukeminen terapeuttisen harjoittelun keinoin
- tuki- ja liikuntaelimistön tutkimusten ja suositusten arviointi

Suoritustapa

Osallistuminen lähiopetukseen.

Verkkotehtävät

Arviointi

Hyväksytyt / Täydennettävä / Hylätty

Opiskelumateriaali

Sahrmann, S. 2001. Diagnosis and treatment of movement impairment syndromes. Elsevier. Mosby.

Sahrmann, S and associates. 2010. Movement system impairment syndromes of extremities, cervical and thoracic spines. Elsevier . Mosby.

Tieteelliset artikkelit ja julkaisut.

ERIKOISTUMISTYÖ 6 OP

08ETYÖ12 KEHITTÄMISHANKKEEN / PROJEKTITYÖN PERUSTEET JA KEHITTÄMISTEHTÄVÄ 6 OP

Tavoitteet ja sisältö

Opiskelija kehittää omaa työtään ja työyhteisöään erikoistumistyön avulla. Opiskelija kehittää tiedonhankintataitojaan sekä käytännön kehittämistyöhön liittyviä tulosten analysointi- ja raportointitaitojaan kiinteässä yhteistyössä työelämän kanssa.

Suoritustapa

Työelämälähtöinen kehittämistehtävä erikoistumistyönä. Erikoistumistyöprosessi sisältää suunnitelma- ja julkaisuseminaarin. Aktiivinen osallistuminen lähiopetukseen

Toisen erikoistumistyön opponointi

Arviointi

Hyväksytty / Täydennettävä / Hylätty

Opiskelumateriaali

Heikkilä, A., Jokinen, P. & Nurmela, T. 2008. Tutkiva kehittäminen. Avaimia tutkimus- ja kehittämishankkeisiin terveysalalla. Helsinki: WSOY Oppimateriaalit.

Hirsijärvi, Remes & Sajavaara (2009). Tutki ja kirjoita. Tammi: Helsinki.

Rissanen, R. 2003. Työelämälähtöinen opinnäytetyö oppimisen kontekstina. Fenomenografisia näkökulmia tradenomin opinnäytetyöhön. Väitöskirja. Tampereen yliopisto, kasvatustieteiden laitos. Tampere: Tampereen yliopistopaino.

Suomala, J. 2003. Tutkimus- ja kehittämisprojektit opiskelijoiden oppimisympäristöinä. Teoksessa: Kotila, H. (toim.) 2003. Ammattikorkeakoulupedagogiikka. Ajankohtaisia puheenvuoroja. Helsinki: Edita. 95-108.

Vesterinen, P. 2003. Projektioppiminen ja -oppiminen ammattikorkeakoulussa. Teoksessa: Kotila, H. (toim.) 2003. Ammattikorkeakoulupedagogiikka. Ajankohtaisia puheenvuoroja. Helsinki: Edita. 79-94.

Viirikorpi, P. 2000. Onnistunut projekti: opas kunta-alan projektityöskentelyyn. Suomen kuntaliitto 2000. Helsinki.

Virtanen, P. 2000. Projektityö. WSOY. Helsinki.

YHTEYSTIEDOT

Lahden ammattikorkeakoulu

Sosiaali- ja terveysala

Hoitajankatu 3

15850 LAHTI

puh. 03 828 19 (vaihde)

faksi 03 751 7040

sähköposti: etunimi.sukunimi@lamk.fi

Ryhmäsi tutor:

Anu Kaksonen, OMT-fysioterapeutti, TtM, fysioterapian lehtori

puh. 044 7080595

Opintotoimisto:

Outi Kylliäinen, opintosihiteeri

puh. 050 403 6867