

SAKU-toiminta

OSAKSI OPINTOJA

Mitä SAKU-toiminta on?

- Tapahtuman ja toiminnan järjestämistä
- Tapahtumiin ja toimintaan osallistumista
- Liikuntaa: oman fyysisen toimintakyvyn edistäminen ja yhteisön liikkeen lisääminen
- Kulttuuria
- Tutortoimintaa ja ryhmän ohjaamista

SAKU-toiminta on purettu tässä dokumentissa osiin niin, että se tukee toiminnan kytkemistä osaksi opiskelijan opintoja. Tämän asiakirjan tavoitteena on olla väline henkilökohtaisen polun sekä yhteisöllisyyden toteuttamiseen ja tukea opiskelijoiden osallistumista SAKU ry:n harrastus- ja kilpailutoimintaan. SAKU-toiminnan opintoihin kytkemisen myötä voidaan lisätä oppilaitokseen yhteisöllisyyttä, hyvinvointia, osallisuutta ja viihtyvyyttä.

SAKU-tapahtumaan tai -toimintaan osallistuminen

Opiskelija kerryttää opintojaan SAKU-toiminnasta esimerkiksi tekemällä teoksen SAKUstarseihin, osallistumalla sähkökerhoon, joka tähtää SAKU ry:n kisoihin, tai vaikkapa osallistumalla Hyvinvointivirtaa-viikolle osana opetusta. Lisäksi tärkeä tapa osallistua on myös osallistua oppilaitoksessa järjestettävään toimintaan: taukoliikkumiset sekä muut hyvinvointia lisäävät toiminnot ovat tärkeitä työkyky- ja hyvinvointitaitojen oppimisen paikkoja.

Osaamista kertyy esimerkiksi seuraaviin tapahtumiin osallistumisesta:

- SAKUgames tai SAKU ry:n muut valtakunnalliset kisat
- Valtakunnalliset SAKUstars-kulttuurikilpailut
- Karsinnat, jotka tähtäävät SAKU ry:n valtakunnallisiin lopputurnauksiin: esim. tansanialaisen jalkapallon turnaus, SAKU-sählyn karsinnat
- Paikallinen SAKUstars-tapahtuma: karaokekisat, oppilaitoksen kulttuuritapahtuma, bändikisat, SAKUstars-katselmus
- Ammattiosaajan liikuntavuosi: Ammattiosaajan liikuntavuoden paikallistapahtumaan osallistuminen
- Hyvinvointivirtaa-teemaviikko: teemaviikon paikallistapahtumaan osallistuminen
- Oppilaitoksen omat liikkumista edistävät toiminnot ja tempaukset Liikkuva amis -hengessä: taukoliikunta, liikuntatempaukset, liikuntapäivät, pienet arjen piristykset

Toimintaan osallistumisesta opittavia taitoja

Liikkumista ja työkykytaitoja: Opiskelija osallistuu SAKU ry:n valtakunnalliseen tai paikalliseen liikuntatapahtumaan tai oppilaitoksen omaan liikkumista edistävään toimintaan. Osallistuminen voi sisältää konkreettisen tapahtumaan osallistumisen lisäksi myös valmistautumisen (treenaaminen ja harjoittelu). Opiskelija osallistuu SAKU-tapahtumaan tai -kampanjaan, joka edistää hänen liikkumistaan ja työkykyään (esimerkiksi Ammattiosaajan liikuntavuosi). Opiskelija osallistuu aktiivisesti oppilaitoksen liikettä edistävään toimintaan: esim. hyödyntää kuntosalia, taukoliikuntamahdollisuuksia tai osallistuu aktiivisesti liikkumisen mahdollisuuksien suunnitteluun.

Hyvinvointia ja ilmaisutaitoja: Opiskelija osallistuu SAKU ry:n valtakunnalliseen tai paikalliseen tapahtumaan tai oppilaitoksen omaan hyvinvointia edistävään toimintaan. Osallistuminen voi sisältää konkreettisen tapahtumaan osallistumisen lisäksi myös valmistautumisen (treenaaminen ja harjoittelu) tai ennakkotehtävien työstämistä (esim. SAKUstars-kulttuurikilpailuihin). Opiskelija osallistuu SAKU-tapahtumaan tai -kampanjaan, joka edistää hänen hyvinvointiaan (esimerkiksi Hyvinvointivirtaa-teemaviikko).

Vuorovaikutus- ja esiintymistaitoja: Esimerkiksi SAKUstarseihin osallistumalla opiskelija on tekemisissä erilaisten ihmisten kanssa, valmistelee esiintymistään SAKUstarseissa, laatii tekstejä (kuten näytelmäkäsikirjoituksen, runoja, kirjoitelmia) ja kerryttää esiintymiskokemuksiaan SAKUstarseissa (esimerkiksi näyttelemällä tai runoja lausumalla).

Toimintaan osallistumisesta kertyvä osaaminen

- opiskelija oppii SAKU-toimintaan osallistumalla ilmaisemaan itseään, löytämään itselleen hyvinvointia tuottavia asioita sekä saa innostusta harrastus- ja vapaa-ajantoiminnasta, joka edistää hänen hyvinvointiaan kestävästi
- opiskelija oppii omaa liikkumistaan, hyvinvointiaan ja työkykyisyyttään edistäviä taitoja osallistumalla SAKU ry:n tapahtumiin tai oppilaitoksessa liikettä edistävään toimintaan sekä löytää parhaimmassa tapauksessa itselleen mielekkään tavan liikkua
- opiskelija oppii kommunikoimaan ja vahvistaa sosiaalisia taitojaan osallistumalla esimerkiksi joukkuelajeihin tai muuhun yhteisölliseen toimintaan (esim. SAKUgames, SAKU ry:n valtakunnalliset turnaukset, SAKUstars tai oppilaitoksen omat yhteisöllisyyttä edistävät tapahtumat)
- opiskelija oppii suunnittelemaan, aikatauluttamaan ja johtamaan itseään valmistautumalla valtakunnalliseen tai paikalliseen kisatapahtumaan ja osallistumalla harjoitteluun, treenaamiseen tai toteuttamalla tapahtumaan liittyvän ennakkotehtävän
- opiskelija oppii edistämään kulttuuriperintöä toteuttamalla kulttuuri- tai taideteoksen sekä esiintymis- ja ilmaisutaitoja esimerkiksi näyttelemällä tai runoja lausumalla
- opiskelija valmistelee erilaisia tekstejä, kuten näytelmäkäsikirjoituksen, runoja tai kirjoitelmia osana paikalliseen tai valtakunnalliseen kulttuurikilpailuun osallistumista

Vinkejä osallistumiseen

- Paikalliset SAKUstars-tapahtumat: [OmniaTalent](#), [Vamiastars](#), [AmisTALENTTI](#), [Omnian Nenäpäivä](#)
- Paikalliset liikuntatapahtumat: [katusählyturnaus](#), [liikuntatapahtuman järjestäminen](#)
- [Hyvinvointivirtaa-viikko](#)
- [Ammattiosaajan liikuntavuosi](#)
- [Amistamo](#)
- [SAKUstars](#)
- [SAKUgames](#)
- [SAKU ry:n tapahtumakalenteri](#)
- [www.liikkuvaamis.fi](#)
- Ammattiosaajan työkykypassi: [www.tyokykypassi.fi](#)
- [Opiskelijat mukaan! -opas: Vinkejä ja ideoita tapahtumien ja toiminnan järjestämiseen oppilaitoksissa.](#)

Oppilaitosten esimerkkejä (sitaatteina puhekupliin):

”ennakkosarjojen teoksia ja valmistautuminen live -sarjoihin Taide ja kulttuuri -kurssin osana ja itsenäisenä työskentelynä sekä kirjoitelmia ja runoja äidinkielen kursseilla”

”SAKUgames-osallistumisesta osallistujille 1 osp”

SAKU-tapahtuman tai -toiminnan järjestäminen

SAKU-toiminnasta kertyy monenlaista osaamista esimerkiksi osallistumalla SAKUstarsien järjestämiseen, Hyvinvointivirtaa-viikon järjestämiseen tai järjestämällä toimintaa osana Ammattiosaajan liikuntavuotta tai Liikkuvan opiskelun hengessä. Yhtä lailla osaamista kertyy myös kerhotoimintaa järjestämällä.

SAKU-toiminnat voivat olla osana ammatillisia tai yhteisiä pakollisia tai valinnaisia tutkinnon osia. Toiminta voidaan liittää myös tutortoimintaan tai opiskelijakunnan toimintaan. SAKU-tapahtumat ovat opiskelijalle työelämään verrattava todellinen asiakaslähtöinen oppimisympäristö, jossa voi oppia ammatillisia taitoja osana eri tutkinnonosia.

Osaamista voi kertyä seuraavien SAKU-toimintojen järjestämisestä:

- Valtakunnalliset SAKUstars-kulttuurikilpailut
- SAKUgames tai SAKU ry:n muut valtakunnalliset kisat
- Karsinnat, jotka tähtäävät SAKU ry:n valtakunnallisiin lopputurnauksiin: esim. tansanialaisen jalkapallon turnaus, SAKU-sählyn karsinnat
- Paikallinen SAKUstars-tapahtuma: karaokekisat, oppilaitoksen kulttuuritapahtuma, bändikisat, SAKUstars-katselmus
- Ammattiosaajan liikuntavuosi: Ammattiosaajan liikuntavuoden paikallistapahtuman järjestäminen olemassa olevan ohjeistuksen mukaan
- Hyvinvointivirtaa-teemaviikko: teemaviikon paikallistapahtuman järjestäminen olemassa olevan ohjeistuksen mukaan
- Oppilaitoksen omat liikkumista edistävät toiminnot ja tempaukset Liikkuvan opiskelun hengessä: taukoliikunta, liikuntatempaukset, liikuntapäivät, pienet arjen piristykset

Tapahtuman järjestämisessä opittavia taitoja

Tapahtumien järjestäminen pitää sisällään erikokoisten SAKU-tapahtumien suunnittelun, organisoinnin ja järjestämisen oppilaitoksessa tai sen ulkopuolella. Tapahtuman järjestäminen sopii osaksi kenen tahansa opiskelijan opintoja.

Viestintä- ja vuorovaikutustaitoja: Tapahtumaa järjestäessään opiskelija markkinoi ja tiedottaa tapahtumasta, on vuorovaikutuksessa erilaisten ihmisten kanssa, laatii erilaisia asiakirjoja (kuten mainoksia, tiedotteita, suunnitelmia, arviointeja ja ohjeistuksia), on yhteydessä ihmisiin erilaisten tiedotuskanavien kautta, esiintyy ja ohjeistaa ihmisiä, esittää mielipiteitään (esim. suunnittelu- ja ideointivaiheessa) jne. Toiminta riippuu opiskelijan roolista tapahtumaa järjestettäessä sekä tapahtuman koosta ja luonteesta.

Suunnittelu- ja organisointitaitoja: Opiskelija suunnittelee ja ideoi hyvinvointia lisääviä SAKU-tapahtumia oppilaitokseen ja sen ulkopuolelle, kuten esimerkiksi valtakunnallisiin SAKU ry:n liikuntaturnauksiin valmistavia kisoja tai vaikkapa Ammattiosaajan liikuntavuoteen liittyviä tapahtumia. Opiskelija laatii suunnitelman, joka sisältää kaiken aikataulutuksesta budjonttiin. Opiskelija markkinoi tapahtumia ja toimintaa ja hyödyntää markkinoinnin eri kanavia, kuten julisteita ja sosiaalista mediaa. Opiskelija osallistuu aktiivisesti suunnittelupalaverihin, kerää tapahtuman teemaan liittyvää tietoa ja perustelee sitä tapahtuman kohderyhmälle. Opiskelija osallistuu tapahtuman suunnitteluun vapaaehtoisesti ja noudattaa yhdessä laadittuja ohjeistuksia ja aikatauluja. Opiskelija myös kannustaa muita opiskelijoita osallistumaan. Opiskelija osallistuu esimerkiksi Liikkuva amis -työpajaan tai liikkumista edistävän toiminnan suunnitteluun.

Ohjaus- ja esiintymistaitoja: Opiskelija suunnittelee ja järjestää oppilaitokseen liikuntaa, kulttuuria, hyvinvointia ja työkykyisyyttä edistävää toimintaa, joka tähtää SAKU ry:n valtakunnallisiin kisatapahtumiin tai

turnauksiin tai edistää liikkeen lisäämistä oppilaitoksen arkeen. Opiskelija toimii esimerkiksi kulttuuri- tai liikuntakerhon ohjaajana, taukoliikunnan tai tempausten vetäjänä sekä kannustaa muita opiskelijoita osallistumaan. Opiskelijaa ohjaa ja opastaa muita opiskelijoita. Toimintaa vetävä opiskelija saa myös esiintymiskokemusta, ohjaa ryhmän toimintaa ja keskustelua sekä toimii vuorovaikutuksessa erilaisten ihmisten kanssa.

Työkyky- ja hyvinvointitaitoja: Opiskelija edistää oppilaitoksen hyvinvointia ideoimalla ja suunnittelemalla sekä toteuttamalla sinne hyvinvointia, osallisuutta ja työkykyä edistävää toimintaa ja tapahtumia.

Tapahtuman järjestämisestä kertyvä osaaminen

- opiskelija arvioi millaista toimintaa oppilaitokseen tarvitaan hyvinvoinnin ja liikkeen lisäämiseksi osana toiminnan suunnittelua sekä toteuttaa suunnittelun pohjalta oppilaitokseen liikettä ja hyvinvointia lisäävää harrastus- ja vapaa-ajantoimintaa
- opiskelija osaa ideoidessaan ja suunnitellessaan tapahtumaa ilmaista omia mielipiteitään, osallistua keskusteluun ja perustella omia ajatuksiaan
- opiskelija laatii toiminnalle tai tapahtumalle suunnitelman, aikataulun ja ohjeistuksen ja sitoutuu noudattamaan niitä
- opiskelija oppii laatimaan ja seuraamaan tapahtuman tai toiminnan järjestämiseen liittyvää budjetointia
- opiskelija saa kokemusta erilaisten asiakirjojen laatimisesta laatimalla esimerkiksi tapahtumasuunnitelman, tiedotteita ja mainoksia tapahtumasta, tapahtumaesitteitä ja ohjeistuksia sekä tapahtuman arviointiraportin
- opiskelija kehittää vastuunottokykyään, organisointitaitojaan ja kykyään itsenäiseen työskentelyyn ottamalla vastuun tapahtuman toteuttamisesta sekä osallistumalla aktiivisesti tapahtuman ja toiminnan suunnitteluun ja toteutukseen
- opiskelija oppii vuorovaikutus- ja esiintymistaitoja opastamalla tapahtuman osallistujia, esittämällä puheenvuoroja ja mielipiteitä tapahtuman suunnitteluun liittyvissä kokouksissa sekä markkinoimalla tapahtumaa
- opiskelija tunnistaa erilaisia tiedottamisen tapoja, osaa markkinoida tapahtumia ja hyödyntää erilaisia tiedotuskanavia, kuten ilmoitustauluja, sähköpostia, sosiaalista mediaa jne.
- opiskelija saa kokemusta muiden opiskelijoiden ohjaamisesta ja opastamisesta ja osaa kannustaa sekä innostaa muita opiskelijoita osallistumaan toimintaan
- opiskelija hankkii ammatillista osaamista osana tapahtuman järjestämistä: esimerkiksi lähihoitajat toteuttavat tapahtuman ensiavun, turva-ala järjestyksenvalvonnan, kokit cateringin, logistiikka kuljetuksen, merkonomit viestinnän, rakennusala tilan rakennuksen jne.

Tutustu eri koulutuksen järjestäjien esimerkkeihin tai muihin ideoihin

- Paikallisen SAKUstars-tapahtuman järjestäminen: esim. [OmniaTalent](#), [Vamiastars](#), [AmisTALENTTI](#), [OmniaNenäpäivä](#)
- Paikallisen liikuntatapahtuma järjestäminen: [katusählyturnaus](#), [liikuntatapahtuman järjestäminen](#)
- Ryhmäytymistä edistävät tapahtumat: [SAKUmon.GO](#), [Amisradan toteutus asuntolassa](#)
- [Hyviä käytäntöjä Hyvinvointivirtaa-viikon toteutukseen](#)
- Vinkkejä Liikkuva amis -toiminnan toteuttamiseen: [www.liikkuvaamis.fi](#)
- [Liikkuva amis -työkalupakki](#)
- [Opiskelijat mukaan! -opas: Vinkkejä ja ideoita tapahtumien ja toiminnan järjestämiseen oppilaitoksissa.](#)

Oppilaitosten esimerkiksi (sitaatteina puhekupliin)

”oppilaitoksen kulttuuritapahtuma 'Open Stage', SAKUstars -markkinointitapahtuma kiertueena eri toimipaikoissa, opet järjestivät, kiertueelle kutsuille esiintyjille osp:t”

”teemaviikon paikallistapahtuman järjestäminen, monipuolinen osallistava ohjelmisto, 1 osp aktiivisille tutor - opiskelijoille”

Liikunta: Fyysisen toimintakyvyn edistäminen

SAKU-toimintaan osallistuminen edistää opiskelijan fyysistä toimintakykyä ja opettaa taitoja, joilla huolehtia omasta työ- ja toimintakyvystään.

Opiskelija voi edistää fyysistä toimintakykyä SAKU-toimintaan osallistumalla:

- SAKUgames tai SAKU ry:n muut valtakunnalliset kisat
- Karsinnat, jotka tähtäävät SAKU ry:n valtakunnallisiin lopputurnauksiin: esim. tansanialaisen jalkapallon turnaus, SAKU-sählyn karsinnat
- Ammattiosaajan liikuntavuosi: Ammattiosaajan liikuntavuoden paikallistapahtumaan osallistuminen
- Oppilaitoksen omat liikkumista edistävät toiminnot ja tempaukset Liikkuva amis -hengessä: taukoliikunta, liikuntatempaukset, liikuntapäivät, pienet arjen piristykset

Toimintaan osallistumisesta opittavia taitoja

Liikkumista ja työ- ja toimintakykytaitoja: Opiskelija osallistuu SAKU ry:n valtakunnalliseen tai paikalliseen liikuntatapahtumaan tai oppilaitoksen omaan liikkumista edistävään toimintaan. Osallistuminen voi sisältää konkreettisen tapahtumaan osallistumisen lisäksi myös valmistautumisen (treenaaminen ja harjoittelu). Opiskelija osallistuu SAKU-tapahtumaan tai -kampanjaan, joka edistää hänen liikkumistaan ja työkykyään (esimerkiksi Ammattiosaajan liikuntavuosi). Opiskelija osallistuu aktiivisesti oppilaitoksen liikettä edistävään toimintaan: esim. hyödyntää kuntosalia, taukoliikuntamahdollisuuksia tai osallistuu aktiivisesti liikkumisen mahdollisuuksien suunnitteluun.

Toimintaan osallistumisesta kertyvä osaaminen

- opiskelija liikkuu osana SAKU-toimintaa ylläpitäen opiskelu- ja työkykyään
- opiskelija edistää omaa fyysistä toimintakykyään sekä opiskelu- ja työkykyään osallistumalla SAKU ry:n liikuntatapahtumiin tai oppilaitoksessa liikettä lisäävään toimintaan
- opiskelija oppii huolehtimaan terveydestään ja toimintakyvystään osallistumalla SAKU ry:n liikuntatapahtumiin tai oppilaitoksessa liikettä lisäävään toimintaan

Vinkkejä osallistumiseen

- Paikalliset liikuntatapahtumat: [katusählyturnaus](#), [liikuntatapahtuman järjestäminen](#)
- [Ammattiosaajan liikuntavuosi](#)
- [SAKUgames](#)
- [SAKU ry:n tapahtumakalenteri](#)

Liikunta: Yhteisön liikkeen lisääminen

Yksi tärkeä tehtävä SAKU-toiminnalla on lisätä liikettä oppilaitosten arjessa Liikkuva opiskelu -hengessä. Valtakunnallisten kisojen osallistumisen ja järjestämisen lisäksi opiskelija voi toteuttaa paljon asioita, jotka

lisäävät hyvinvointia paikallisella tasolla. Liikettä lisäävät arjen pienet piristykset, tempaukset ja teemapäivät tuovat niin toimintaa järjestävälle kuin siihen osallistuvalla paljon arvokasta osaamista.

Näitä voi toteuttaa esimerkiksi osana seuraavia SAKU-toimintoja:

- [Ammattiosaajan liikuntavuosi](#)
- [Hyvinvointivirtaa-viikko](#)
- [Liikkuva amis -toiminta Liikkuvan opiskelun hengessä](#)

Pienten liikuntatapahtumien ja tempausten järjestäminen: Opiskelija suunnittelee ja järjestää oppilaitokseen toimintaa, joka edistää oppilaitoksen hyvinvointia ja työkykyisyyttä sekä lisää liikettä. Tapahtuman järjestämisen kautta pohditaan, miten voitaisiin vaikuttaa ja edistää oppilaitoksen hyvinvointia. Tapahtuma kannustaa muita opiskelijoita liikkumaan ja pitämään huolta monipuolisesti hyvinvoinnistaan. Tapahtuma voi olla esimerkiksi liikuntakampanja, oppituntien taukoliikuntaa, välituntiliikuntaa, liikuntapäivä tai liikuntakerho.

Liikettä lisäävään toimintaan osallistumisesta kertyvä osaaminen

- opiskelija osallistuu opiskelijoille järjestettyihin liikunta- tai muihin tapahtumiin, jotka edistävät oppilaitoksen hyvinvointia
- opiskelija edistää omaa hyvinvointiaan ja työkykyisyyttään tapahtumaan osallistumalla sekä pitää yllä omaa fyysistä toimintakykyään.

Liikettä lisäävän toiminnan toteuttamisesta kertyvä osaaminen

- opiskelija ideoi ja sitoutuu järjestämään hyvinvointia ja työkykyisyyttä edistävää toimintaa ja tapahtumia oppilaitokseen
- opiskelija suunnittelee oppilaitokseen hyvinvointia tapahtumia ja toimintaa
- opiskelija osallistuu hyvinvointia ja työkykyisyyttä lisäävään tapahtumaan
- opiskelija kannustaa muita opiskelijoita erilaisten liikettä lisäävien tempausten avulla sekä omalla esimerkillään osallistumaan ja ylläpitämään omaa hyvinvointiaan ja työkykyään

Vinkkejä osallistumiseen

- Paikalliset liikuntatapahtumat: [katusählyturnaus](#), [liikuntatapahtuman järjestäminen](#)
- [Hyvinvointivirtaa-viikko](#)
- [Ammattiosaajan liikuntavuosi](#)
- [www.liikkuvaamis.fi](#)
- [Opiskelijat mukaan! -opas: Vinkkejä ja ideoita tapahtumien ja toiminnan järjestämiseen oppilaitoksissa.](#)

Kulttuurista hyvinvointia

Opiskelija osallistuu paikallisiin SAKUstars-karsintakisoihin tai valtakunnallisiin SAKUstars-kulttuurikilpailuihin. Osallistuminen voi sisältää konkreettisen tapahtumaan osallistumisen lisäksi myös valmistautumisen (treenaaminen ja harjoittelu) ja ennakkotehtävien työstämistä. Opiskelija suunnittelee ja toteuttaa tapahtumaa varten jonkin kulttuurisen teoksen tai osallistuu kulttuuritapahtumaan katsojana.

Kulttuuriosaamista: Opiskelija osallistuu paikallisiin SAKUstars-karsintakisoihin tai -tapahtumaan tai valtakunnallisiin SAKUstars-kulttuurikilpailuihin. Osallistuminen voi sisältää konkreettisen tapahtumaan osallistumisen lisäksi myös valmistautumisen (treenaaminen ja harjoittelu) ja ennakkotehtävien työstämistä.

Opiskelija suunnittelee ja toteuttaa tapahtumaa varten jonkin kulttuurisen teoksen tai osallistuu kulttuuritapahtumaan katsojana.

Tapahtumajärjestämisen kokemusta: Opiskelija osallistuu oppilaitoksen paikallisen SAKUstars-tapahtuman suunnitteluun ja järjestämiseen. Tapahtumalla edistetään oppilaitoksen yhteisöllisyyttä, viihtyisyyttä ja kulttuuria. Tapahtuman tarkoituksena on esitellä kulttuuria ja kannustaa opiskelijoita osallistumaan, harjoitella esiintymistä tai karsia opiskelijoita valtakunnalliseen SAKUstars-tapahtumaan. Vastaavasti opiskelija voi myös osallistua valtakunnallisten SAKUstars-kulttuurikilpailujen järjestämiseen, jos ne järjestetään omalla paikkakunnalla.

Opiskelijalle kertyvä osaaminen

- opiskelija osallistuu opiskelijoille järjestettyyn kulttuuritapahtumaan
- opiskelija suunnittelee ja toteuttaa kulttuuri- tai taideteoksen osana SAKUstars-kilpailuja
- opiskelija suunnittelee ja järjestää kulttuuriin ja taiteeseen liittyvää toimintaa ja tapahtumia oppilaitokseen
- opiskelija arvioi oppilaitoksen hyvinvointia suunnitellessaan tapahtumia ja toimintaa
- opiskelija osallistuu kulttuuritapahtumaan ja/tai kannustaa muita opiskelijoita osallistumaan

Tutustu eri koulutuksen järjestäjien esimerkkeihin tai muihin ideoihin

- Paikallisen SAKUstars-tapahtuman järjestäminen: esim. [OmniaTalent](#), [Vamiastars](#), [AmisTALENTTI](#), [Omnian Nenäpäivä](#)
- [Opiskelijat mukaan! -opas: Vinkkejä ja ideoita tapahtumien ja toiminnan järjestämiseen oppilaitoksissa.](#)

Tutortoimintaa ja ryhmän ohjaamista

Liikuttaja- tai harrastetutor on mukana suunnittelemassa tapahtumia tai toimintaa, jolla voidaan lisätä opiskelijoiden hyvinvointia. Tapahtuman järjestämisen kautta pohditaan, miten voitaisiin vaikuttaa ja edistää oppilaitoksen hyvinvointia. Tutor voi myös suunnitella ja toteuttaa oppilaitokseen kerho- ja vapaa-ajantoimintaa, joka lisää oppilaitoksen viihtyisyyttä, osallisuutta ja hyvinvointia. Yksi tärkeimmistä tutorin tehtävistä on myös muiden opiskelijoiden osallistaminen.

Tutortoiminnasta opittavia taitoja

Tutor osallistuu oppilaitoksen toiminnan suunnitteluun, arvioi oppilaitoksen viihtyisyyttä ja osallisuutta sekä organisoii ja järjestää tapahtumia, joilla edistetään oppilaitoksen yhteisöllisyyttä ja hyvinvointia tai lisätään liikettä. Opiskelija osallistuu tutoreille järjestettyihin kokouksiin ja koulutuksiin, oppii ilmaisemaan ja perustelemaan mielipiteitään ja aktiivisesti arvioimaan hyvinvointia tuottavia toimintoja omassa oppilaitoksessaan.

Esiintymis- ja ohjaustaidot: Opiskelija vetää toimintaa, oppii toimimaan eri ihmisten kanssa, saa verkostoitumiskokemusta sekä kerryttää ohjaustaitojaan ohjeistamalla ja opastamalla osallistujia.

Organisointi- ja suunnittelutaidot: Opiskelija ideoi ja suunnittelee toimintaa, laatii suunnitelman toiminnasta, saa esiintymiskokemusta, ohjaa ryhmän toimintaa ja keskustelua, toimii vuorovaikutuksessa erilaisten ihmisten kanssa, laatii erilaisia asiakirjoja (kuten suunnitelmia, ohjeistuksia, raportteja, arviointeja, tiedotteita) sekä markkinoi ja tiedottaa järjestettävästä toiminnasta monella eri tavalla.

Työkyky- ja hyvinvointitaitoja: Tutor on mukana suunnittelemassa tapahtumaa tai -toimintaa, jolla voidaan lisätä opiskelijoiden hyvinvointia. Tapahtuman järjestämisen kautta pohditaan, miten voitaisiin vaikuttaa ja edistää oppilaitoksen hyvinvointia. Tutor voi myös suunnitella ja toteuttaa oppilaitokseen kerho- ja vapaa-ajantoimintaa, joka lisää oppilaitoksen viihtyisyyttä, osallisuutta ja hyvinvointia tai toteuttaa liikkuvaa amis -hengessä liikettä lisäävää toimintaa ja aktiviteetteja oppilaitokseen.

Tutortoiminnasta kertyvä osaaminen

- opiskelija osallistuu SAKU ry:n harrastetutorkoulutukseen ja oppii sen kautta ryhmänohjaamisen, tapahtuman järjestämisen ja yhteisöön vaikuttamisen taitoja
- opiskelija osallistuu SAKU ry:n liikuttajatutorkoulutukseen ja oppii sen kautta liikkumisen lisäämisen hyödyistä sekä ryhmänohjaamisen, tapahtuman järjestämisen ja liikettä edistävien toimintojen järjestämiseen liittyviä taitoja.
- opiskelija osallistuu SAKU ry:n tapahtumajärjestämisen työpajaan ja oppii tapahtuman suunnitteluun, organisointiin, toteuttamiseen ja arvioimiseen liittyviä taitoja

Vinkkejä tutortoiminnan toteuttamiseen

- [SAKU ry:n tutorkoulutukset](#)
- [Tutortoiminnan opas](#)
- [Tapahtumanjärjestämisen työpajat](#)
- [Tutortoiminnan hyviä käytäntöjä](#)

Vinkkejä opintosuunnitelmaan kytkemiseen