

2023-2024

AMMATTIOSAAJAN TYÖKYKYPASSI OPIISKELIJALLE



SAVON
AMMATTIOPISTO

Sisällys

Miksi työkykypassi kannattaa suorittaa?	3
Miten työkykypassi suoritetaan?	4
Työkykypassin suorittaminen HOKSissa	5
Näin suoritat työkykypassin	6
Työkykypassin osa-alueet	7
Onnea!	8



MIKSI TYÖKYKYPASSI KANNATTA SUORITTA?

- Se on osoitus siitä, että hallitset työkykyyn ja hyvinvointiin liittyviä asioita
- Opit ymmärtämään juuri omaan työkykyysi liittyviä asioita
- Saat todistuksen - näytät työnantajalle, että olet kiinnostunut huolehtimaan itsestäsi
- Vahvistat omaa asemaasi työmarkkinoilla
- Osallistut Sakkyn työkykypassi-stipendin arvontaan

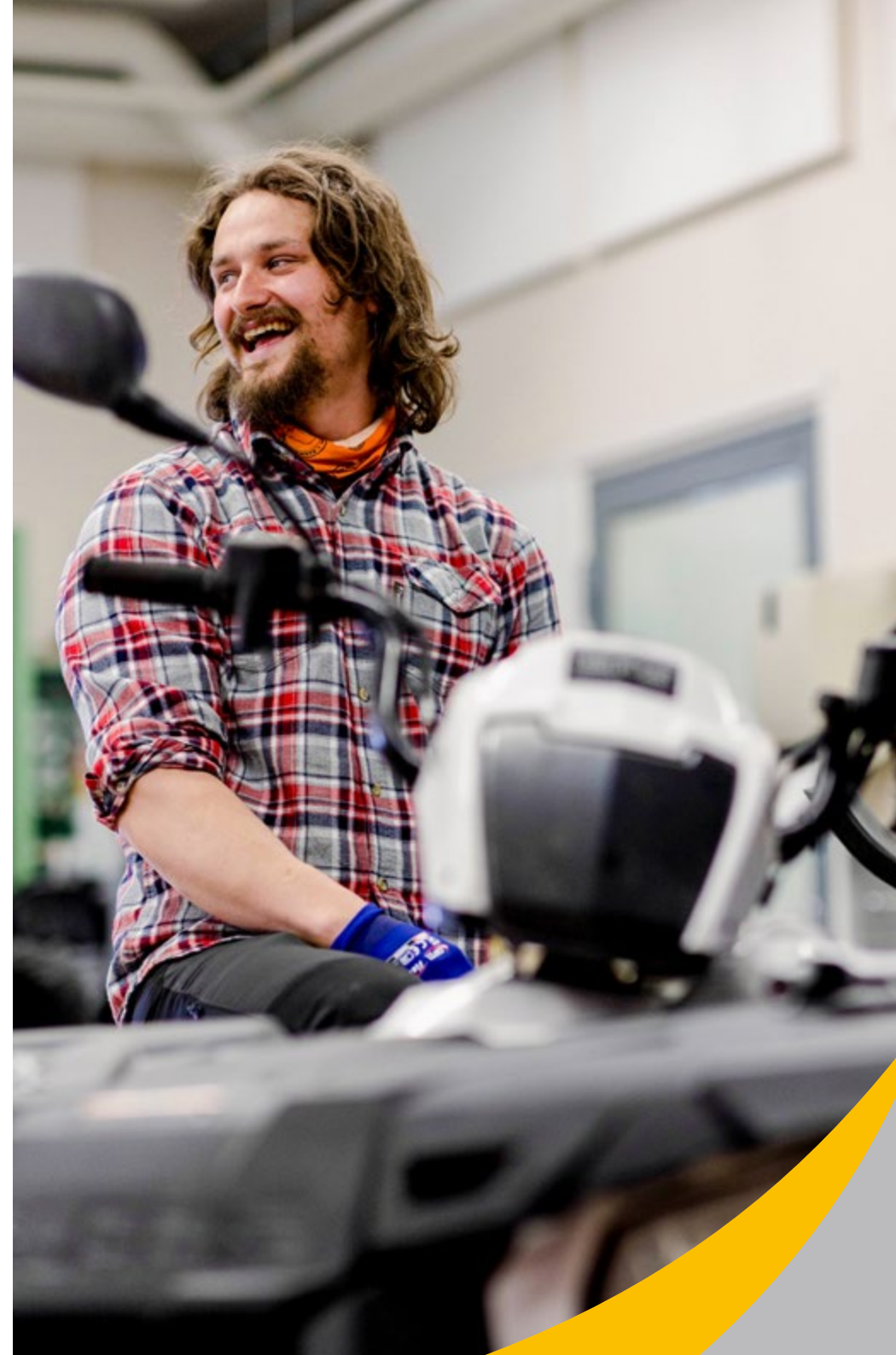
» **Esittelyvideo**



MITEN TYÖKYKYPASSI SUORITETAAN?

- Opit työkykypassin sisältöjä tutkinnon suorittamisen aikana ammatillisissa ja yhteisissä opinnoissa.
- Lisäksi teet työhyvinvointiasi edistäviä tehtäviä omalla puhelimella mobiilisovelluksella silloin, kun sinulle sopii.
- Saat opettajilta ohjausta työkykypassin sisältöjen oppimiseen.

» Lisätietoa



TYÖKYKYPASSIN SUORITTAMISEN VALINTA HOKSISSA

Tämä on näkymä HOKS:ista

Ammattiosaajan työkykypassi

Työkykypassi suoritetaan opintojen yhteydessä työkykypassikorteilla. Saat omalta tutoropettajalta lisätietoja.

[Lue tästä lisää valtakunnallisesta Ammattiosaajan työkykypassista](#)

[Ammattiosaajan työkykypassi -info \(linkki intran materiaaliin\)](#)

Suoritan ammattiosaajan työkykypassin

Tähän laitetaan rasti

Passi on suoritettu kun tutkinto on valmis (HOKS:ssa määritetyt tavoitteet saavutettu) ja työkykypassitehtävät tehty. Ammattiosaajan työkykypassista saa erillisen todistuksen.

Kirjaa tähän suorittamisen suunnitelma, jos työkykypassi suoritetaan muilla tavoin kuin mobiilisovelluksen tehtävillä.

Maahanmuuttaneet opiskelijat voivat suorittaa työkykypassin tekemällä Matkalla ammattiosaajan työkykypassiin -tehtäväkirjan tehtävät opettajan ohjauksessa. Tehtäväkirjan saa omalta opettajalta.

NÄIN SUORITAT TYÖKYKYPASSIN

- 1 Laita HOKS-lomakkeelle rasti:**
Suoritan ammattiosaajan työkykypassin.
- 2 Lataa työkykypassisovellus puhelimeesi**
Play-kaupasta tai App Storesta

Luo itsellesi tili.

Tutoropettajasi antaa sinulle liittymisavaimen.
- 3 Vinkkejä työkykypassin suorittamiseen**

Terveysosaamisen suorituksen voit saada myös, jos olet vahvistanut hyvinvointiasi opiskeluhuollon palvelujen avulla.

Harrastuneisuuden suorituksen voit saada esim. tutor- ja opiskelijakuntatoiminnasta, SakuSTARS-kilpailuista tai muusta harrastuksesta, joka on vastapainoa työlle.

Maahanmuuttaneet opiskelijat voivat suorittaa työkykypassin tekemällä Matkalla ammattiosaajan työkykypassiin -tehtäväkirjan tehtävät opettajan ohjauksessa.

- 4 Etene opinnoissasi ja tee työkykypassitehtäviä**

Voit aloittaa työkykypassin suorittamisen myös toisena tai kolmantena opiskeluvuotena. Voit tehdä tehtäviä myös työpaikalla opiskellessasi.
- 5 Kerro tutoropettajallesi,**
kun olet saanut kaikki tehtävät tehtyä.
- 6 Todistus**
Hyödynnä työkykypassitodistustasi työnhaussa ja CV:ssäsi.

TYÖKYKYPASSIN OSA-ALUEET

Työkykypassi on suoritettu, kun tutkinto on valmis ja osa-alueiden työkykypassitehtävät on tehty.

AMMATIN TYÖKYKYVALMIUDET

Ammatilliset tutkinnon osat (työkykyvalmiuksien perusteet ja syventäminen)

Osaaminen oman tutkinnon työturvallisuudesta, ergonomiasta, työn suunnittelusta, työympäristöstä ja työelämän säännöistä.

Oman työkyvyn ylläpitäminen ja siihen liittyvien haasteiden tunnistaminen.

HYVINVOINTI

Toiminta- ja työkykyä edistävä liikunta

Tavoitteena on oppia näkemään liikunta osana terveyden ylläpitämistä, tutustua liikkumisen vaihtoehtoihin ja ottaa liikunta osaksi elämää.

Terveys- osaaminen

Osaaminen omaan hyvinvointiin vaikuttavista valinnoista ja elämäntavoista. Tuloksena ehkä myös iso päätös huolehtia omasta terveydestä.

Harrastuneisuus ja yhteistyötaidot

Harrastus tai osallistuminen esim. tutor- tai opiskelijakunta-toimintaan

ONNEA!

Saat nyt todistuksen työkykypassin suorittamisesta

Muista kertoa työkykypassista työhaastattelussa.

Lisää työkykypassi CV:een.

