

Opiskelu ja uuden oppiminen vaativat rohkeutta ja sitkeyttä kohdata yhä uudelleen haasteita.

Opintokamu on kokonaisuus, jossa on koottu yhteen työkaluja ja mahdollisuuksia oivaluksiin oman opiskeluelämän helpottamiseksi.

OPINTOKAMUSTA VOIT OPPIA TIETOJA JA TAITOJA

- ➔ Opiskelun sujuvoittamisesta ja tehostamisesta
- ➔ Kaverisuhteista ja ryhmiin vaikuttamisesta
- ➔ Tunne-elämästä

REKISTERÖITYMINEN JA KIRJAUTUMINEN OPINTOKAMU-SIVULLE



KIRJAUDU SISÄÄN

1. Rekisteröidy sivulta www.opintokamu.fi kohdasta ILMOITTAUDU MUKAAN: Rekisteröidy opiskelijaksi. Tarvitset oppilaitoksen Opintokamu-rekisteröitymiskoodin, jonka saat oppilaitoksesi Opintokamu-yhteyshenkilöltä.
2. Aktivoi tilisi sähköpostiisi tulleesta linkistä.
3. Kirjaudu sivuille sähköpostillasi, jolla rekisteröidyit, sekä luomallasi salasanalla. Jos salasana unohtuu, voit kirjautumissivulta uusia sen Unohditko salasanan? -linkistä.

Opintokamu-kurssilla on paljon mielenkiintoista luettavaa, kuunneltavaa ja katsottavaa hyvinvoinnin edistämiseksi. Kurssin voit tehdä omaan tahtiisi mobiililaitteilla tai tietokoneella. **Varmistathan omasta oppilaitoksestasi, voitko sisällyttää kurssin opintoihisi.**



1. Kirjautu Opintokamu-sivuille ja rekisteröidy kurssille Omat tiedot KURSSI-välilehdeltä.
2. Rakenna oma kurssisi sivulla olevien ohjeiden mukaan.
3. Pehdy valitsemiesi aiheiden oppisisältöihin ja tee kaikki niihin liittyvät tehtävät. Valitsemiisi aiheisiin kuuluvat tehtävät ovat värillisellä, muut harmaalla pohjalla. Tallenna jokainen tehtävä, jotta kurssisuoritus karttuu!
4. Pehdy valitsemiesi aiheiden oppisisältöihin ja tee kaikki niihin liittyvät tehtävät. KURSSI-välilehdeltä näet jatkossa, miten paljon olet kurssista suorittanut.
5. Ilmoita kurssin valmistumisesta oppilaitoksesi opettajalle, joka vasta Opintokamu-kurssista.

Kurssivastaava näkee, oletko suorittanut kurssin. Hän ei kuitenkaan pääse katsomaan sinun vastauksiasi. Tehtävät ovat sinua varten, jotta voit pohtia erilaisia asioita ja testata, miten hyvin olet ymmärtänyt asiat.

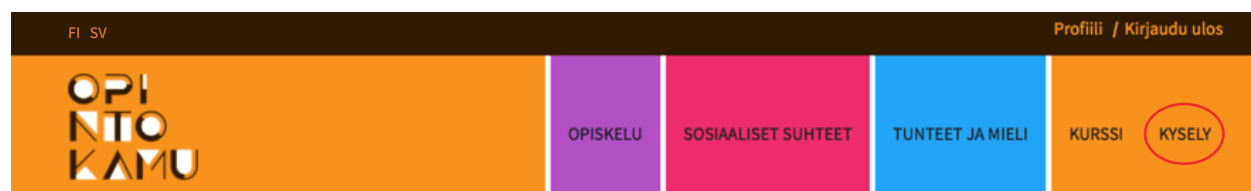




OPINTOKAMU- KYSELY

Opintokamu-kyselyssä sinulta kysytään erilaisia oppimiseen, sosiaalisiin suhteisiin ja kouluhyvinvointiin liittyviä asioita. Sen tarkoituksena on selvittää, miten opiskelijat tässä koulussa voivat ja auttaa koulu yhteisösi hyvinvointityön suunnittelussa.

Vastaukset käsitellään täysin luottamuksellisesti. Kukaan koulussa tai kotona ei saa tietää, mitä yksittäinen opiskelija on vastannut. Missään ei näy myöhemmin sinun eikä luokkatoveriesi nimiä.



Miten kyselyyn vastataan?

1. Mene osoitteeseen www.opintokamu.fi
2. Kirjaudu sisään omalla sähköpostiosoitteellasi, jolla olet rekisteröitynyt Opintokamuun.
3. Valitse Opintokamu-sivuston oikeasta yläkulmasta KYSELY.
4. Vastaa kysymyksiin. Vastaathan juuri niin kuin itse koet. Näin oppilaitos saa todellista tietoa opiskelijoiden hyvinvoinnista.
5. Muista tallentaa vastauksesi.