



Ajanhallinta ja tavoitteellinen opiskelu

Oppimisesta
Tavoitteista
Ajankäytöstä
Suunnitelmallisuudesta

20.2.2012

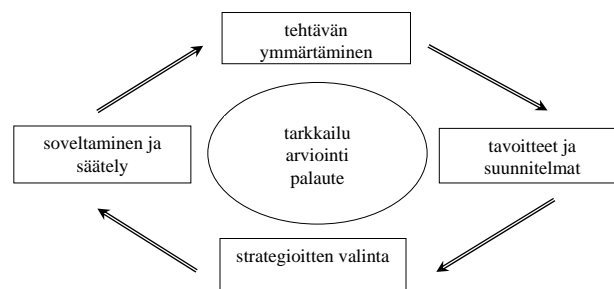
esitys löytyy <http://teemailtapaivat.wikispaces.com>

Jaana O. Liimatainen, projektipäällikkö, FT
Yliopisto-opintojen työelämäintegraatio –hanke,
Täydentävien opintojen keskus

OULUN YLIOPISTO
UNIVERSITY OF OULU 



Oppimisen prosessi



Jaana O. Liimatainen, projektipäällikkö, FT
Yliopisto-opintojen työelämäintegraatio –hanke,
Täydentävien opintojen keskus

OULUN YLIOPISTO
UNIVERSITY OF OULU 



Strategia vs. taktiikka vs. tekniikka

- **Strategia** tarkoittaa suunnitelmaa, jolla pyritään saavuttamaan tavoiteltu päämäärä
- **Taktiikat** ovat niitä toimintoja, jotka muodostavat strategian
- **Tekniikat** ovat erilaiset menetelmät, teko- tai suoritustavat ja -taidot

Jaana O. Liimatainen, projektipäällikkö, FT
Yliopisto-opintojen työelämäintegraatio –hanke,
Täydentävien opintojen keskus

OULUN YLIOPISTO
UNIVERSITY OF OULU 



Oppiminen taitolajina

- oppiminen on
 - **tiedon** lisääntymistä
 - **ajattelun** jatkuvaa muuttumista ja kehittymistä
 - vaikutus näiden välityksellä myös **toiminnassa**
- aktiivinen rooli oman toiminnan ohjaajana

Jaana O. Liimatainen, projektipäällikkö, FT
Yliopisto-opintojen työelämäintegraatio –hanke,
Täydentävien opintojen keskus

OULUN YLIOPISTO
UNIVERSITY OF OULU 



Oppiminen taitolajina

- oppimaan oppimista on sen miettiminen
 - millä tavoin pyrit ymmärtämään uutta asiaa
 - onko toimintasi juuri tuon opittavan asian opiskeluun soveltuvaa
 - vai pitäisikö sinun muuttaa toimintatapoja
- jotkut hahmottavat opittavia asioita
 - kokonaisuuksina tai yksittäisinä irrallisina asioina
 - aikajärjestyksessä tai syy-seuraus -suhteen mukaisesti
 - jne...
- tapasi opiskella vaikuttaa siihen, miten opit ja ymmärrät asioita

Jaana O. Liimatainen, projektipäällikkö, FT
Yliopisto-opintojen työelämäintegraatio –hanke,
Täydentävien opintojen keskus

OULUN YLIOPISTO
UNIVERSITY OF OULU 



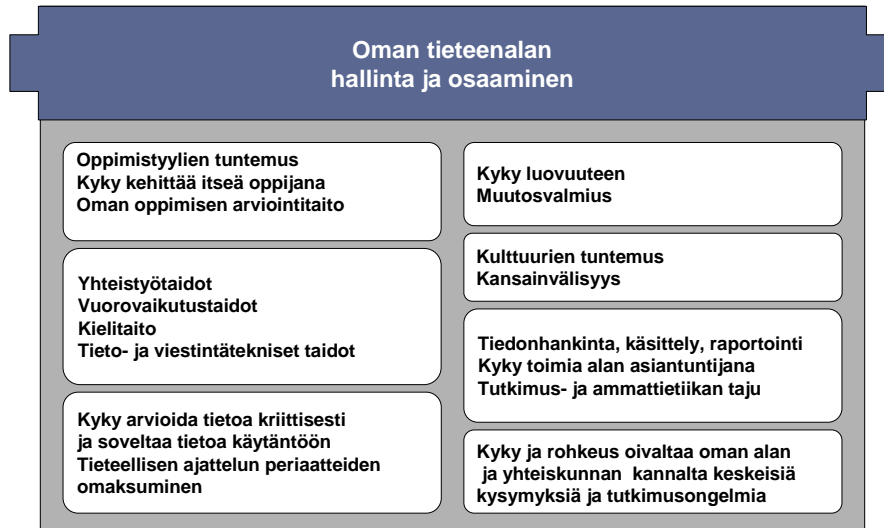
Oppiminen taitolajina

- usein opiskelutaidoilla tarkoitetaan vain teknisiä taitoja
 - muistiinpanojen tekeminen
 - nopea lukeminen
 - alleviivaus
- tai vaativampia taitoja
 - ymmärtävä lukeminen
 - prosessikirjoittaminen
- lisäksi oppimaan oppiminen sisältää myös
 - kyvyn ajatella ja
 - seurata, tarkkailla, tutkia omaa oppimistoimintaa

Jaana O. Liimatainen, projektipäällikkö, FT
Yliopisto-opintojen työelämäintegraatio –hanke,
Täydentävien opintojen keskus

OULUN YLIOPISTO
UNIVERSITY OF OULU 

Akateeminen osaaminen (Eriksson & Mikkonen, 2003)



Jaana O. Liimatainen, projektipäällikkö, FT
Yliopisto-opintojen työelämäintegraatio –hanke,
Täydentävien opintojen keskus

OULUN YLIOPISTO
UNIVERSITY OF OULU



Viihde-
orientoituneita

Taitamattomat oppijat

Opintopsykologi Päivi Rätty ja Ohjaaja Anita Perttunen
© Oulun yliopisto, Koulutuspalvelut

- asettavat epämääräisiä, epärealistisia tavoitteita; ”En käytä kalenteria!”
- tavoitteet ovat näennäistavoitteita, paljon aikavarkaita oikean opiskelun sijaan
- etsivät ja arvostavat mielihyvää
- laiska päivärytmi, työnteko tuntuu raskaalta, välttämiskäyttäytyminen
- yksipuoliset opiskelutekniikat
- syyt omaan tekemättömyyteen haetaan itsen ulkopuolelta
- tulkitsevat heikkojen tulosten johtuvan siitä, että ovat muita huonompia - todellisuudessa eivät ponnistele tarpeeksi oppiakseen
- noidankehä: ”En pysty tekemään asialle mitään!”

Jaana O. Liimatainen, projektipäällikkö, FT
Yliopisto-opintojen työelämäintegraatio –hanke,
Täydentävien opintojen keskus

OULUN YLIOPISTO
UNIVERSITY OF OULU





Tehtävä-
orientoituneita

Opintopsykologi Päivi Rätty ja Ohjaaja Anita Perttunen
© Oulun yliopisto, Koulutuspalvelut

Taitavat oppijat

- asettavat spesifisiä, hierarkisesti toisiaan seuraavia tavoitteita
- tavoitteet ovat haasteita ja mahdollistavat oman etenemisen seurannan
- etsivät ja arvostavat oppimiskokemuksia
- uskovat omiin kykyihin
- tarkkailevat omaa oppimistaan, tarvittaessa muuttavat ja korjaavat toimintaansa
- tulkitsevat heikkojen tulosten johtuvan väärästä strategiasta tai liian vähäisestä harjoittelusta
- uskovat pystyvänsä parempaan

Jaana O. Liimatainen, projektipäällikkö, FT
Yliopisto-opintojen työelämäintegraatio –hanke,
Täydentävien opintojen keskus

OULUN YLIOPISTO
UNIVERSITY OF OULU



Tavoitteita on erilaisia

sisäisiä:

- miksi minä haluan suorittaa nämä opinnot?
- mitä minä teen näillä opinnoilla?
- miten minä hyödynnän näitä opintoja tulevaisuudessa?
- mitä arvoa näillä opinnoilla on minulle?

ulkoisia:

- koulutuksia koskevat vaatimukset, pakollisuus
- muiden ihmisten asettamia, perhe, kaverit...

entäs motivaatio?

Jaana O. Liimatainen, projektipäällikkö, FT
Yliopisto-opintojen työelämäintegraatio –hanke,
Täydentävien opintojen keskus

OULUN YLIOPISTO
UNIVERSITY OF OULU





On vaikea kiinnostua sellaisesta, mistä ei tiedä mitään!

Jaana O. Liimatainen, projektipäällikkö, FT
Yliopisto-opintojen työelämäintegraatio –hanke,
Täydentävien opintojen keskus

OULUN YLIOPISTO
UNIVERSITY OF OULU



Tavoitteita on erilaisia

- päätavoitteita: esim. valmistua maisteriksi
- osatavoitteita: esim. saada tämä tentti tehtyä
- alatavoitteita: hanki tenttikirja, lue se luku päivässä, kerta...
- sivutavoitteita (esim. muita kuin opiskeluun liittyviä)
- **PILKO, PILKO!**

Jaana O. Liimatainen, projektipäällikkö, FT
Yliopisto-opintojen työelämäintegraatio –hanke,
Täydentävien opintojen keskus

OULUN YLIOPISTO
UNIVERSITY OF OULU





Tavoitteiden ja ajankäytön suunnittelu kannattaa

- tiedät mitä tehdä tänään
- pysyt aikataulussa ja saavutat varmemmin tuloksia, kun sinulla on selkeä suunnitelma
- tekemisen ja vapaa-ajan selvä erottaminen
- saat suunnitelmallisen työn jälkeen nauttia vapaa-ajasta ilman ahdistavia ”pitää tehdä” ajatuksia



Hyvä tavoite eli SMART-tavoite

- **S = spesifinen**
- **M = mitattavissa**
- **A = ajallinen**
- **R = realistinen**
- **T = toimintaa**





Aika...



Jaana O. Liimatainen, projektipäällikkö, FT
Yliopisto-opintojen työelämäintegraatio –hanke,
Täydentävien opintojen keskus

<http://www.locksley.net.com/wp-content/uploads/2010/07/24-hour-clock.jpg>

OULUN YLIOPISTO
UNIVERSITY OF OULU



Mieti etukäteen, paljonko aikaa tarvitset

- Tehtävän vaikeustaso: onko tehtävä aiemmasta tuttu aiheeltaan, suppea vai laaja, suomeksi vai vieraalla kielellä
- Tehtävän vaatimat olosuhteet: kirjat, muistiinpanot, työskentelypaikka, mahdollinen ryhmäporukka
- Tuloksen laatu, mihin tulokseen haluat päästä
- Kertaukseen ja viimeistelyyn kannattaa varata aikaa, jopa runsaasti

Jaana O. Liimatainen, projektipäällikkö, FT
Yliopisto-opintojen työelämäintegraatio –hanke,
Täydentävien opintojen keskus

OULUN YLIOPISTO
UNIVERSITY OF OULU



Pitkäjänteinen työ: ennakoi luettava määrä!

- suomenkielinen teos 200-250 s (vieraskielinen teos 125-150 s):
 - kertauksen kanssa yhteensä 40 t
- kirjalliset työt 8-12 s.
 - pari kirjoituskierrosta ja viimeistely 50 t
- yhden opetuskerran syventäminen ja omaksuminen
 - etukäteen ½ t valmistautuminen ja jälkeen päin ½ t kertaus

Jaana O. Liimatainen, projektipäällikkö, FT
Yliopisto-opintojen työelämäintegraatio –hanke,
Täydentävien opintojen keskus

OULUN YLIOPISTO
UNIVERSITY OF OULU



Ajankäytön suunnittelun välineitä

- kalenteri
- [viikkosuunnitelmat](#)
- jaksosuunnitelmat
- jne.

Jaana O. Liimatainen, projektipäällikkö, FT
Yliopisto-opintojen työelämäintegraatio –hanke,
Täydentävien opintojen keskus

OULUN YLIOPISTO
UNIVERSITY OF OULU



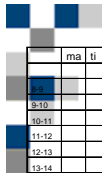


VIKKOSUUNNITELMA VIIKOLLE							
TAMAN VIIKON OPISKELUTAVOITTEINI:					TAMAN VIIKON MUUT TAVOITTEINI:		
AIKA	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI	LAUANTAI	SUNNUNTAI
7-8							
8-9							
9-10							
10-11							
11-12							
12-13							
13-14							
14-15							
15-16							
16-17							
17-18							
18-19							
19-20							
20-21							
21-22							

http://www oulu.fi/opetkeh/oppimisklinikka/kaytasivut/tyhja_viikkosuunnitelma.pdf

Jaana O. Liimatainen, projektipäällikkö, FT
 Yliopisto-opintojen työelämäintegraatio –hanke,
 Täydentävien opintojen keskus

OULUN YLIOPISTO
 UNIVERSITY OF OULU



	ma	ti	ke	to	pe		ma	ti	ke	to	pe		ma	ti	ke	to	pe		ma	ti	ke	to	pe		ma	ti	ke	to	pe	
8-9						8-9						8-9						8-9						8-9						
9-10						9-10						9-10						9-10						9-10						
10-11						10-11						10-11						10-11						10-11						
11-12						11-12						11-12						11-12						11-12						
12-13						12-13						12-13						12-13						12-13						
13-14						13-14						13-14						13-14						13-14						
14-15						14-15						14-15						14-15						14-15						
15-16						15-16						15-16						15-16						15-16						
16-17						16-17						16-17						16-17						16-17						
17-18						17-18						17-18						17-18						17-18						
18-19						18-19						18-19						18-19						18-19						
	ma	ti	ke	to	pe		ma	ti	ke	to	pe		ma	ti	ke	to	pe		ma	ti	ke	to	pe		ma	ti	ke	to	pe	
8-9						8-9						8-9						8-9						8-9						
9-10						9-10						9-10						9-10						9-10						
10-11						10-11						10-11						10-11						10-11						
11-12						11-12						11-12						11-12						11-12						
12-13						12-13						12-13						12-13						12-13						
13-14						13-14						13-14						13-14						13-14						
14-15						14-15						14-15						14-15						14-15						
15-16						15-16						15-16						15-16						15-16						
16-17						16-17						16-17						16-17						16-17						
17-18						17-18						17-18						17-18						17-18						
18-19						18-19						18-19						18-19						18-19						
	ma	ti	ke	to	pe		ma	ti	ke	to	pe		ma	ti	ke	to	pe		ma	ti	ke	to	pe		ma	ti	ke	to	pe	
8-9						8-9						8-9						8-9						8-9						
9-10						9-10						9-10						9-10						9-10						
10-11						10-11						10-11						10-11						10-11						
11-12						11-12						11-12						11-12						11-12						
12-13						12-13						12-13						12-13						12-13						
13-14						13-14						13-14						13-14						13-14						
14-15						14-15						14-15						14-15						14-15						
15-16						15-16						15-16						15-16						15-16						
16-17						16-17						16-17						16-17						16-17						
17-18						17-18						17-18						17-18						17-18						
18-19						18-19						18-19						18-19						18-19						

Jaana O. Liimatainen, projektipäällikkö, FT
 Yliopisto-opintojen työelämäintegraatio –hanke,
 Täydentävien opintojen keskus

OULUN YLIOPISTO
 UNIVERSITY OF OULU





Mihin se aika oikein menee?

- mieti kahta edellistä päivää
 - paljonko opiskelit?
 - paljonko olit opiskelevinasi?

Jaana O. Liimatainen, projektipäällikkö, FT
Yliopisto-opintojen työelämäintegraatio –hanke,
Täydentävien opintojen keskus

OULUN YLIOPISTO
UNIVERSITY of OULU 



Aikavarastesti

Jaana O. Liimatainen, projektipäällikkö, FT
Yliopisto-opintojen työelämäintegraatio –hanke,
Täydentävien opintojen keskus

OULUN YLIOPISTO
UNIVERSITY of OULU 



Miten sinä toimit parhaiten?

- milloin olet tehokkaimillasi
- taustamusiikki vai ei
- tila
- mitä teet kun saat ylimääräistä aikaa, luento on peruttu
- entäs kun kaverit hakee matkaan

Jaana O. Liimatainen, projektipäällikkö, FT
Yliopisto-opintojen työelämäintegraatio –hanke,
Täydentävien opintojen keskus

OULUN YLIOPISTO
UNIVERSITY of OULU



Strategia vs. taktiikka vs. tekniikka

- **Strategia** tarkoittaa suunnitelmaa, jolla pyritään saavuttamaan tavoiteltu päämäärä
- **Taktiikat** ovat niitä toimintoja, jotka muodostavat strategian
- **Tekniikat** ovat erilaiset menetelmät, teko- tai suoritustavat ja -taidot

Jaana O. Liimatainen, projektipäällikkö, FT
Yliopisto-opintojen työelämäintegraatio –hanke,
Täydentävien opintojen keskus

OULUN YLIOPISTO
UNIVERSITY of OULU





Strateginen oppiminen

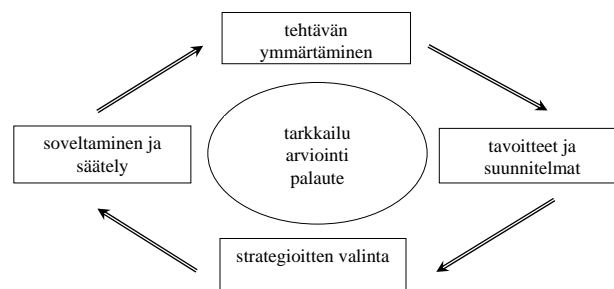
- tavoitteellista ja suunniteltua
- päämääränä on uuden tiedon tai taidon saavuttaminen
- edellyttää oman oppimisen edistymisen tarkkailua ja arviointia

Jaana O. Liimatainen, projektipäällikkö, FT
Yliopisto-opintojen työelämäintegraatio –hanke,
Täydentävien opintojen keskus

OULUN YLIOPISTO
UNIVERSITY of OULU 



Oppimisen prosessi



Jaana O. Liimatainen, projektipäällikkö, FT
Yliopisto-opintojen työelämäintegraatio –hanke,
Täydentävien opintojen keskus

OULUN YLIOPISTO
UNIVERSITY of OULU 



Materiaali peräisin mm.

- käytin hyväkseni OTP:n materiaalia
 - Sirpaliisa Euramaa, Sakari Jussi-Pekka, Tiina Hämäläinen, Kaisa Karhu, Seija Kiiskilä, Anita Perttunen, Anita Pirilä, Päivi Rätty, Sari Vähäkangas ainakin 😊
- lisäksi...

Jaana O. Liimatainen, projektipäällikkö, FT
Yliopisto-opintojen työelämäintegraatio –hanke,
Täydentävien opintojen keskus

OULUN YLIOPISTO
UNIVERSITY OF OULU 



Lähteet ja kirjallisuus

- Hadwin, A. F. Self-regulated learning. (2008). In T. L. Good, editor, 21st Century Education: A Reference Handbook. Sage Publications, Inc., Thousand Oaks, CA.
- Muistiinpanojen tekeminen
<http://virtuoosi.pkky.fi/minaoppijana/opiskelutekniikka/Muistiinpanojen%200tekeminen.ppt>
- [Opas opiskeluun](#) (HYY)
- Pyllkkönen, T. 15./16.2.2006. Muistiinpanojen tekeminen.
<http://opetuki2.tkk.fi/p/opiskelutekniikka/kalvot-2007/Muistiinpanojen-tekeminen.PDF>
- TKK, [tehopenaali](#)
- Zimmerman, B. J. (1989). A Social Cognitive View of Self-Regulated Academic Learning. *Journal of Educational Psychology*, 81, 329–339

Jaana O. Liimatainen, projektipäällikkö, FT
Yliopisto-opintojen työelämäintegraatio –hanke,
Täydentävien opintojen keskus

OULUN YLIOPISTO
UNIVERSITY OF OULU 



”Oppimisessa on kysymys asenteesta eikä
kyvykkyydestä.”

(Tri Georgi Lozanov)

Jaana O. Liimatainen, projektipäällikkö, FT
Yliopisto-opintojen työelämäintegraatio –hanke,
Täydentävien opintojen keskus

OULUN YLIOPISTO
UNIVERSITY OF OULU

