

# Oppimisen tuen työpajat

Neljä työpajaa ja tietopankki oppimisen tuesta  
lukiokoulutuksessa



## Oppimisen tuen työpajat

Oppimisen tuen työpajat –hankkeessa suunniteltiin ja toteutettiin neljä työpajaa, joissa opiskelijat ja opettajat oppivat yhdessä parhaita mahdollisia tapoja oppia ja opiskella. Tavoitteena oli, että erilaiset oppimista tukevat asiat ja menetelmät tulevat tutuiksi ja kytkeytyvät luontevasti osaksi opiskelua ja oppimista kokonaisvaltaisesti. Opettajat tarkastelivat ja refleктоivat omaa opettamistaan sekä etsivät ja löysivät uusia tapoja opettaa, ohjata oppimista ja arvioida oppimisen edistymistä. Opiskelijat pohtivat ja suunnittelivat, miten he itse voisivat aktiivisesti parantaa oppimisen ja opiskelun edellytyksiään sekä myös toteuttivat suunnitelmiaan.

Hankkeessa tuotettiin myös tietopankki työpajojen aiheista. Tietopankki löytyy Sallan lukion kotisivulta <https://sallanlukio.fi> ja Peda.netistä [peda.net/salla/sallan-lukio](https://peda.net/salla/sallan-lukio).



Oppimisen tuen työpajat lukiokoulutuksessa

## Pajojen aiheet

---

Hankkeessa toteutettiin neljä pajakokonaisuutta, joiden aiheet olivat:

1. Hyvinvointi
2. Oppimisen ja opiskelun taidot
3. Oppimisen tuki
4. Tuutorointi

Pajojen sisältö pyrittiin tekemään mahdollisimman monipuoliseksi siten, että se herättelee opiskelijaa kehittämään taitojaan ja soveltamaan oppimaansa.



## Pajojen materiaalit

Pajatyöskentelyä ja niiden suunnittelua varten luotiin Google Classroomiin kurssi jokaiselle pajalle, jonne tuotettiin sekä omaa että linkitettiin valmista, pajan aiheeseen liittyvää materiaalia. Seuraavilla sivuilla esitellään jokaisen pajan sisältöä tarkemmin.

Pajamateriaaleihin pääset halutessasi tutustumaan ja kopioimaan ne omaan käyttöön ottamalla yhteyttä Sallan lukion rehtoriin tai oppilaanohjaajaan, joiden ajantasaiset yhteystiedot löydät Sallan lukion kotisivulta: <https://sallanlukio.fi/yhteystiedot/>.

## Esimerkki:

### 1.2 Terveys, hyvinvointi ja turvallisuus osana op...

Riikka Sorjamaa julkaisi uuden materiaalin: OSA 2. tehtävien alustus

Julkaistu 10.07

Alustetaan ryhmä- ja yksilötehtävät, jotka tehdään ennen hyvinvointipajan seuraavaa osaa (28.11.2024)

**1. Henkilökohtainen tehtävä**

- Täytä hyvinvointiteemaan liittyvä Arvioi elintapojasi -kaavake ja valitse kehittämiskohde.
- Tee tehtävän omatoimisesti ja säilytä kaavake omassa kansiossasi. Voit palata tehtävään myöhemmin ja pohtia onko tilanne muuttunut.

**2. Ryhmätö**

- Katso erillinen tehtävä Classroomissa (Ryhmätö: hyvinvointisovellus tai -laite)
- Sovellus täytyy olla valittuna 4.11.

 Arvioi elintapojasi.pdf PDF

 Hyvinvointitehtävät Google Slides

R Lisää ryhmän kommentti...

## Paja 1. Hyvinvointi

Hyvinvoivat mieli ja keho edesauttavat oppimista. Liikunta, riittävä lepo ja terveellinen ravinto vaikuttavat vireystilaan ja aivojen toimintaan. Oppimista tukevat myös mm. hyvät ihmissuhteet, turvallinen ympäristö, positiivinen minäkuva, itseluottamus ja yhteisöllisyys.

### Tavoitteet:

Oppimisen ja hyvinvoinnin yhteyden ymmärtäminen. Oman oppimisen haasteiden tunnistaminen, niiden arvioiminen ja kehityskohteiden valitseminen.



## Paja 1. Sisältö

Ensimmäinen, hyvinvointiaiheinen paja jakautuu kahteen osaan. Ensimmäisessä osassa perehdytään hyvinvointiin vaikuttaviin tekijöihin taidelähtöisten tehtävien avulla. Tehtävissä mm. kirjoitetaan runoja minäkuvasta, etsitään erilaisiin kehon olotiloihin sopivaa musiikkia ja maalataan tai piirretään paikka, jossa voi tuntea saavansa voimaa.

Pajan toisessa osassa perehdyttiin ryhmissä johonkin hyvinvointia mittaavaan laitteeseen tai sovellukseen ja testattiin sitä käytössä (kts. viereinen dia). Tuloksista tehtiin julisteet, jotka olivat esillä lukion seinillä myös muiden opiskelijoiden tutkittavina.

Taidetehtäviä ja hyvinvointisovelluksia esitteleviä sovelluksia oli esillä myös Sallan hyvinvointimessuilla.

### Pajan tavoite

Ymmärrät, miten oma terveys, hyvinvointi ja turvallisuus vaikuttavat opiskeluun ja oppimiseen.

Löydät välineitä ja menetelmiä, joiden avulla voi arvioida omia oppimisen haasteita ja kehittämisen kohteita.

### 1. Ryhmätehtävä

#### Ryhmä

Muodosta 3-5 hengen ryhmä (yksin tai parityönäkin tehtävän voi tehdä, mutta se voi olla aika työläs).

#### Suunnittele

Etsikää sovellus tai laite, jolla voitte seurata jotakin hyvinvoinnin osa-aluetta. Esimerkiksi unta, ravintoa, liikuntaa, mielialaa tms. Esimerkkejä löytyy Classroomista, mutta voitte etsiä itsekin.

#### Toteuta

Käyttäkää laitetta/sovellusta ja pohtikaa esim. miten se soveltuu hyvinvoinnin seurantaan ja kehittämiseen. Lopuksi tehkää 4-6 dian posteriesitys käyttämästänne sovelluksesta.

Tarkemmat ohjeet tehtävästä löydät Classroomista!

## Paja 2. Oppimisen ja opiskelun taidot

Erilaisten oppimisen ja opiskelun taitojen hallinta auttaa oppimaan tehokkaammin, ymmärtämään syvemmin ja säilyttämään tietoa pidempään. Pajassa opitaan oppimaan eli pohditaan opiskelua ja oppimista ohjaavia tietoja, taitoja, asenteita ja uskomuksia.

### Tavoitteet:

Opiskelijoiden ja opettajien osaaminen oppimisen strategioista sekä oppimis- ja opetusmenetelmistä lisääntyy. Opitut strategiat ja menetelmät päätyvät jokapäiväiseen käyttöön.



## Paja 2. Sisältö

Toinen paja koostuu kolmesta osasta:

- Motivaatio
- Opetusmenetelmät
- Opiskelutaidot

Paja aloitetaan tutkimalla miten hyvinvointi ja motivaatio kytkeytyvät toisiinsa. Sen lisäksi perehdytään mm. tavoitteiden asettamiseen ja opiskelun suunnitteluun SMART-menetelmän avulla, motivaatiovarkaisiin, itsemyötätuntoon, muistitekniikoihin, aivojen kuormituksen vähentämiseen ja keskittymiskyvyn edistämiseen.

### PAJAN SISÄLTÖ

ja päivän aikataulu

- 1 MOTIVAATIO klo 10:15-11:10**
  - Hyvinvoinnin yhteys motivaatioon
  - Tavoitteiden asettaminen ja suunnittelu
  - Motivaatiovarkaat sekä omien uskomusten ja sisäisen puheen vaikutus motivaatioon
  - Omat vahvuudet ja inspiraation lähteet
- 2 OPETUSMENETELMÄT klo 11:55 - 12:45**
  - Erilaisia opetusmenetelmiä
  - Oppituntien suunnittelu
- 3 OPISKELUTAIDOT klo 13:00 - 14:10**
  - Muisti ja kuormitus
  - Keskittyminen
  - Opiskelutekniikat
  - Opiskeluun sopivia sovelluksia
- 4 Loppukeskustelu 14:15-14:30**
  - palaute

Ruokatunti 11:15-11:55

Väli-pala

### Tehtävä 6: Opiskelua tukevia sovelluksia

Mieti ja muistele mitä opiskeluun liittyvää asiaa olet joskus tuskailnut. Liittyykö se esimerkiksi aikavarkaisiin tai a jankäyttöön yleensä? Ehkäpä motivaatioon, rutineihin tai vaikkapa johonkin opiskelutekniikkaan?

Sovelluskaupat ovat pullollaan opiskelua tukevia sovelluksia. Etsi tarpeisiisi soveltuva sovellus ja esitele se ryhmällesi padletissa.



Padlettiin!



## Paja 3. Opiskelun tuki

Kolmannessa pajassa opiskelijat ja opettajat perehtyvät oppimisen ja opiskelun tukimenetelmien tunnistamiseen ja hyödyntämiseen. Tukimenetelmiä ovat mm. oppilaantuntemuksen lisääminen, opiskelijan koulunkäynnin säännöllinen seuraaminen, oppitunnin strukturointi ja työskentelytapojen ohjaus sekä eriyttäminen.

### **Tavoitteet:**

Opiskelijoiden itsetuntemus, oman toiminnan säätelytaidot sekä kyky tunnistaa oma mahdollinen tuen tarve lisääntyvät. Opiskelija tietää miten ja keneltä tukea voi saada erilaisissa asioissa.

Opettajien oppilaantuntemus ja sitä kautta sopivien opetusmenetelmien valinta ja eriyttäminen selkeytyvät.



## Paja 3. Sisältö

Kolmannen pajan aluksi erityisopettaja perehdyttää opettajat ja oppilaat erityisopetukseen ja sen erilaisiin tukikeinoihin. Sisältö kytkeytyy vahvasti toisen pajan sisältöihin ja pajojen järjestys on tarvittaessa vaihdettavissa. Pajan lopuksi pelataan kahta digipakopeliä, joista ensimmäinen liittyy oppimisen tukeen ja toinen johdattelee opiskelijaa neljännen pajan aiheeseen eli tuutorointiin.

Oppimisen tukeen liittyvä pakopeli "Sallinen mysteeri":  
<https://view.genially.com/67c06bbe465bd9666ea49bb2/interactive-content-einarin-epatoivo>

### Esimerkkejä pajan materiaaleista

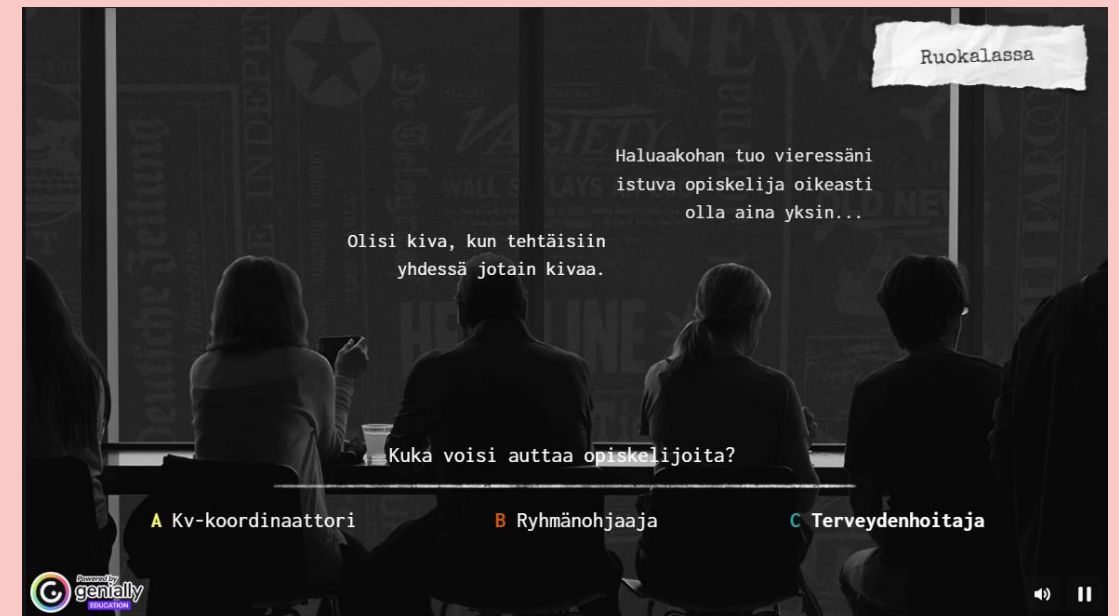
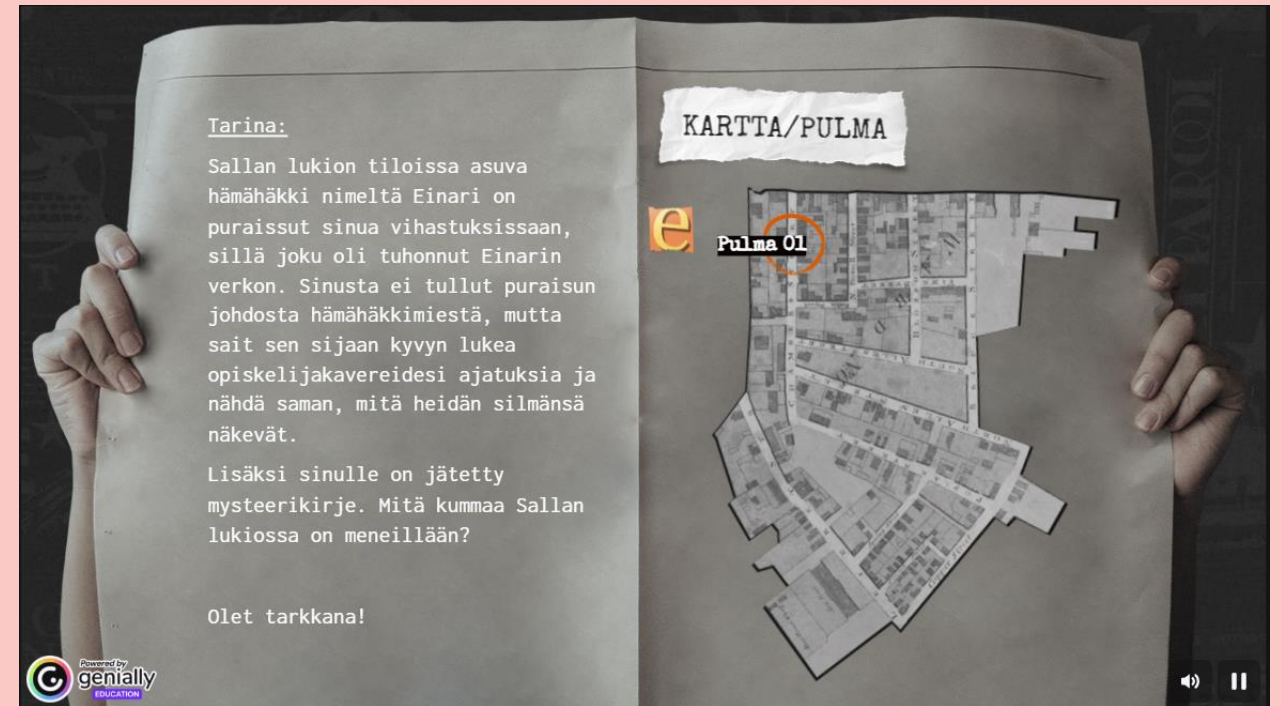


## Paja 3. Digitaalinen pakopeli: ”Sallinen mysteeri”

Kolmatta pajaa varten suunniteltiin ja toteutettiin digitaalinen pakopeli Genially-verkkotyökalulla. Pakopelissä opiskelija ohjaa opiskelijatovereitaan oikean tahon luo saamaan apuja erilaisiin ongelmiin ja ratkaisee samalla mysteerikirjeen arvoituksen.

Pakopelin osoite:

<https://view.genially.com/67c06bbe465bd9666ea49bb2/interactive-content-einarin-epatoivo>



## Paja 4. Tuutorointi

Neljäs paja johdattelee opiskelijat tuutoritoimintaan. Paja kokoaa yhteen kolmen aiemman pajan sisältöä: opiskelijan hyvinvoinnin, lukiossa opiskelun ja tuen. Nämä ovat vahvasti henkilökohtaisiakin asioita, joissa myös vertaistuen merkitys on suuri. Tuutoritoiminnalla edistetään myös ryhmäytymistä ja kansainvälisten opiskelijoiden kotiutumista. Opiskelija suorittaa Opo3-kurssin toimimalla tuutorina.

### Tavoitteet:

Ymmärrys lukiossa opiskelusta, opiskelijan hyvinvoinnista ja saatavilla olevasta tuesta kokonaisuutena kirkastuu. Opiskelija perehtyy tuutoritoimintaan ja sen merkitykseen sekä suunnittelee seuraavan vuoden tuutoritoimintaa.



## Paja 4. Sisältö

Neljäs paja sisältää pohdiskelua ja reflektointia opiskelijan omasta lukion aloittamisesta, osallistumisen tuutorikoulutukseen ja seuraavan lukukauden tuutoritoiminnan suunnittelua. Valmista tuutorikoulutusta tarjoaa Lukiolaisten liitto (<https://lukio.fi/lukioille/tutortoiminta/>), mutta toki koulutuksen voi toteuttaa itsekin. Lukiolaisten liiton tutorkoulutus- ja tutoroppaat tarjoavat hyviä neuvoja ja vinkkejä tuutoritoiminnan toteuttamiseen.

Esimerkkejä materiaalista



**Ajatuksiasi ja odotuksiasi Sallasta ja Sallan lukiosta ennen kuin tulit tänne:**

**Mitä neuvoja antaisit itsellesi, jos aloittaisit lukion nyt?**

## Paja 4. Digitaalinen pakopeli: ”Kadonneiden opettajien arvoitus”

Neljättä pajaa varten suunniteltiin ja toteutettu digitaalinen pakopeli tutustuttaa ensimmäisen vuoden lukio-opiskelijat leikkisästi tuutorointiin samalla, kun ratkaistaan kadonneiden opettajien arvoitus. Jos kopioit pelin omaan käyttöösi, lisää tietokonetehtävään linkki esim. Padlettiin, jossa opiskelijalle annetaan tehtävä ja puuttuva numero.

Pakopelin osoite:

<https://view.genially.com/67e137ee7c8f4a50d960203e/interactive-content-kadonneiden-opettajien-arvoitus>



## Itsearviointi ja palaute

Jokaiseen pajaan liittyy myös palautekysely, jossa opiskelija pääsee myös refleктоimaan omia tuntemuksiaan pajojen sisällöistä. Pajoista kannattaa toki käydä opiskelijoiden kanssa myös avointa keskustelua.

### Paja 3 Palautekysely

Tällä viikolla syvennyitte oppimisen ja opiskelun tukeen yhdessä erkkaope Annen kanssa ja pelasitte digipakopelejä Riikan kanssa. Yksi kotitehtäväkin tupsahti. Anna palautetta tästä kolmannelta Oppimisen tuen työpajasta.

\* Pakollinen kysymys

Oliko paja mielestäsi hyödyllinen? \*

- Kyllä
- Jotkut asiat olivat hyödyllisiä
- Ei

Jos vastasit edelliseen "kyllä" tai "Jotkut asiat olivat hyödyllisiä", kerrothan erityisen hyödyllisenä?

Oma vastauksesi

Jos vastasit edelliseen "ei", niin mitä muuttaisit?

Oma vastauksesi

### Paja 2 Palautekysely

Opiskelun ja oppimisen taidot -työpajan palautekysely. Luotu Copilotin ehdottamien kysymysten pohjalta.

\* Pakollinen kysymys

Kuinka hyödyllisenä pidit työpajaa yleisesti? \*



Mikä työpajan aiheista oli sinulle kaikista hyödyllisin? \*

- Motivaatio
- Opetusmenetelmät
- Opiskelutaidot

## Lukio-opiskelun tietopankki

Oppimisen tuen sisältöihin liittyvä Lukio-opiskelun tietopankki rakennettiin selainpohjaisella verkkosivujen luontityökalulla, Google Sitesilla. Sivustolla on omat alasivunsa mm.

opiskelutaidoille, oppiainekohtaisille linkeille, neuvoille ja vinkeille sekä hyvinvoinnille. Opiskelutaitojen sivu käsittelee motivaatiota, keskittymistä, opiskelutekniikoita sekä opintojen suunnittelua. Hyvinvointisivulta löytyy linkkejä, vinkkejä ja apua liikuskeluun ja liikuntaan, uneen, lepoon ja rentoutumiseen sekä ravintoon, ergonomiaan ja mielenterveyteen.

Sivusto julkaistaan syksyn 2025 aikana. Linkki sivustolle löytyy Sallan lukion etusivulta osoitteesta <https://sallanlukio.fi/>.

The screenshot shows the homepage of the 'Lukio-opiskelun tietopankki' website. The header is dark blue with the title 'LUKIO-OPISKELUN TIETOPANKKI' in white. Below the header, there are six cards, each featuring a cartoon drawing of a reindeer and a title in blue. The cards are: 1. 'EN TAJUA' with a reindeer looking confused, text: 'Neuvoja ja vinkkejä eri oppiaineiden opiskeluun.' 2. 'EI OO MOTIA' with a reindeer lying down, text: 'Motivaation löytämiseen ja opiskelutaitojen kehittämiseen. Vinkejä myös riittämättömyyden tunteeseen ja liialliseen suorittamiseen.' 3. 'EN JAKSA' with a reindeer looking tired, text: 'Kehon ja mielen hyvinvoinnin löytämiseen.' 4. 'OPPILAANOHIJAUS' with two reindeers, text: 'Opoilua diginä'. 5. 'INFO FOR FOREIGN STUDENTS' with a reindeer holding a book, text: 'Opettamiseen, arviointiin ja opettajien hyvinvointiin liittyviä vinkkejä ja linkkejä'. 6. 'OPETTAJILLE' with a reindeer holding an apple, text: 'Opettamiseen, arviointiin ja opettajien hyvinvointiin liittyviä vinkkejä ja linkkejä'. At the bottom left is the Salla logo 'Salla In the middle of nowhere'. At the bottom center is the text: 'Lukio-opiskelun tietopankki suunniteltiin ja toteutettiin Opetushallituksen ja Sallan kunnan rahoittamassa Oppimisen tuen työpajat -hankkeessa 2024-2025.' and 'Poropiirokset © Riikka Sorjamaa'. At the bottom right is a circular logo for 'OPETUSHALLITUS RAHOITTA HANKETTA' with a green and blue mountain graphic.

# Yhteystiedot

Mikäli olet kiinnostunut tutustumaan Oppimisen tuen – materiaaliin tai ottamaan sen käyttöön, niin olethan yhteydessä Sallan lukion rehtoriin tai opinto-ohjaajaan, joiden ajantasaiset yhteystiedot löydät kunnan verkkosivulta osoitteesta <https://www.salla.fi/palvelut/sivistys-ja-koulutuspalvelut/sivistystoimisto/>

Oppimisen tuen työpajat –materiaalin keräämiseen ja tuottamiseen ovat osallistuneet Sallan kunnasta  
Marja Myllykangas, FT, Sivistysjohtaja  
Leena Hautajärvi, Sallan lukion johtaja  
Pia Petäjä, opinto-ohjaaja  
Riikka Sorjamaa, FT, projektipäällikkö

