

OIVALLUS

1

16. Oppija ja opiskelun eri ympäristöt



Ryhmätehtävä

Listatkaa ryhmässä viisi tekijää, jotka vaikuttavat mielestänne koulumenestykseen.

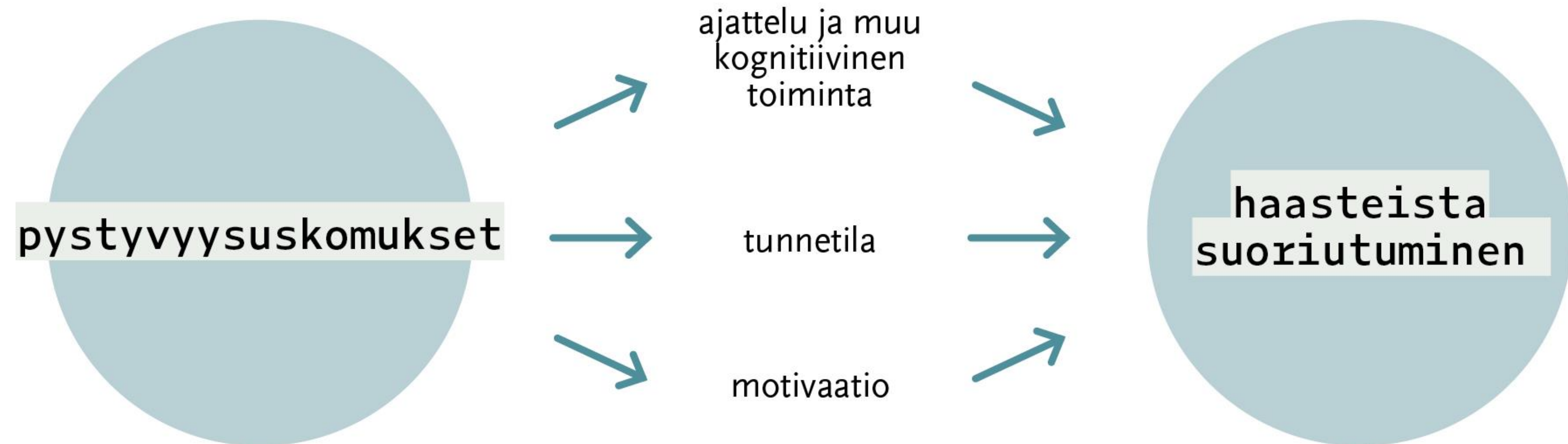


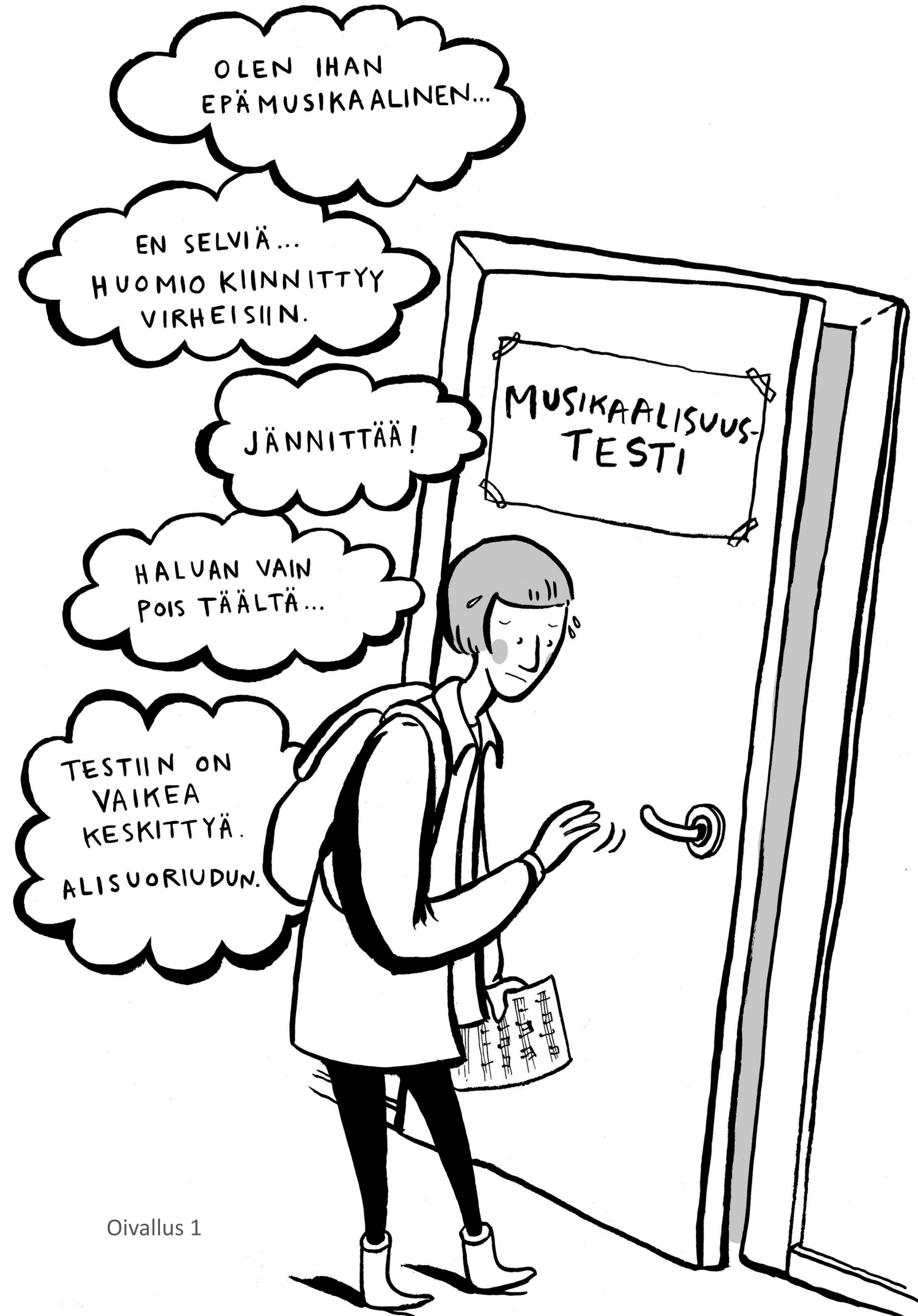
Oppimiseen vaikuttavat

- opiskelijaan liittyvät tekijät
 - aiemmat tiedot
 - kyvyt ja taidot, älykkyys
 - emootiot
 - fysiologiset tekijät (esim. uni)
- ympäristöön liittyvät tekijät
 - esim. tila, jossa opiskellaan, muut opiskelijat
 - opetus- ja arviointimenetelmät
- kulttuuri

Pystyvyysuskomukset

- **Pystyvyysuskomukset** ovat yksilön käsityksiä hänen omasta pätevyydestään ja selviytymismahdollisuuksistaan.
- Pystyvyysuskomukset voivat olla tehtävä- ja tilannesidonnaisia.
- Ne vaikuttavat merkittävästi siihen, millaisia tavoitteita itselle asetetaan. Pystyvyysuskomukset liittyvät siis keskeisesti motivaatioon.





Mietittäväksi

Valitse arvioitavaksi jokin oppiaine tai harrastus.

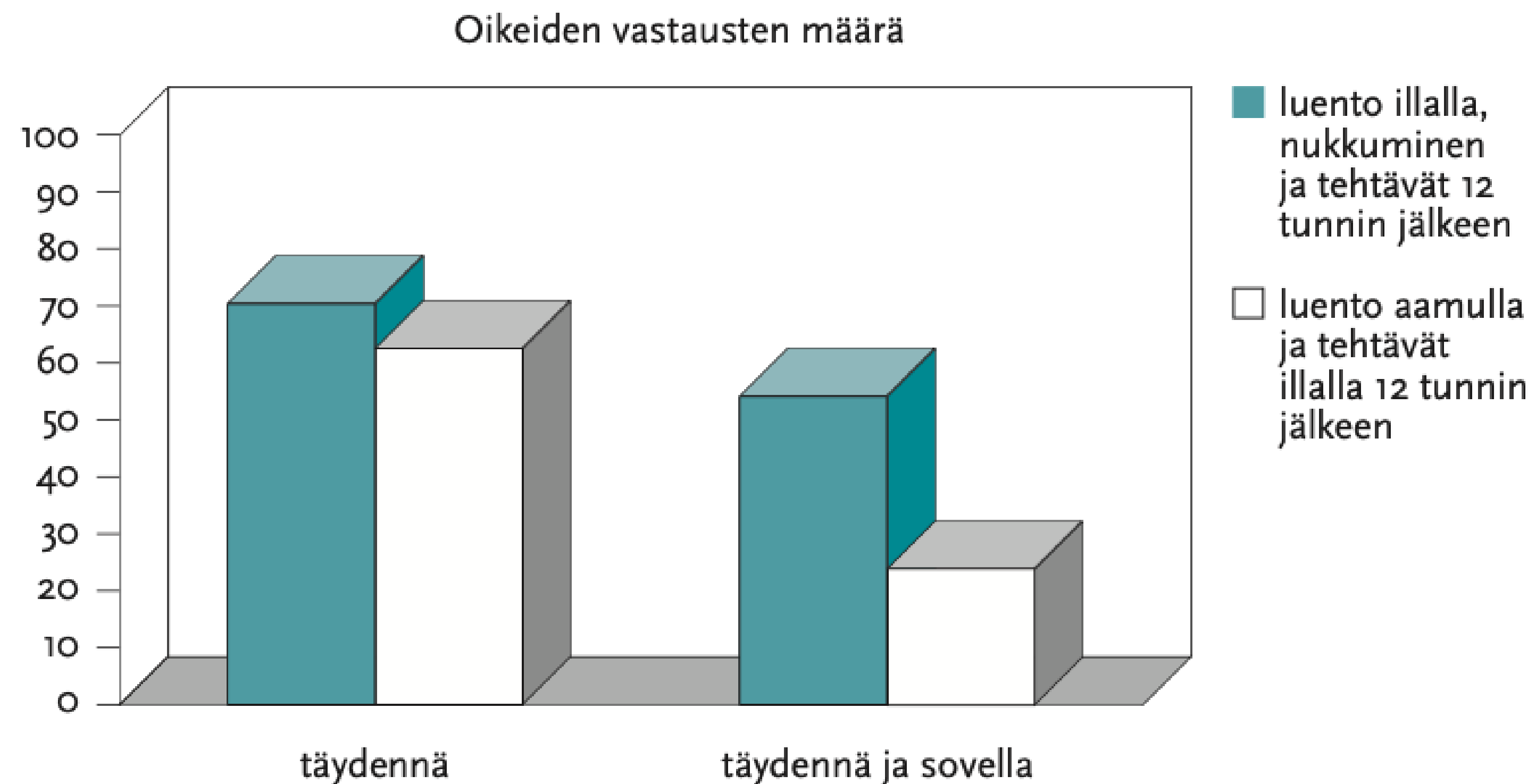
- Millaisia pystyvyysuskomuksia sinulla on siihen liittyen?
- Millaisia ajatuksia, tunteita ja motivaatiota niiden pohjalta herää?
- Miten ne vaikuttavat haasteista suoriutumiseen?

Uni vaikuttaa oppimiseen

- Unen aikana muistijäljet lujittuvat.
- Unisykli jaetaan
 - kevyeen uneen
 - syvään uneen
 - REM-uneen.
- Etenkin alkuyöstä unisyklissä on paljon syvää unta, joka on hyvin tärkeää oppimisen kannalta.
- Aamuyöstä unisyklissä on enemmän REM-unta, jonka aikana neuraaliset yhteydet (hermoyhteydet) vahvistuvat.

Unen merkitys oppimiselle

Mitä oheinen kuvio kertoo unen merkityksestä oppimiselle?



Palauta mieleen

- Mitkä opiskeluympäristöön liittyvät tekijät vaikuttavat oppimiseen?
- Mitä tarkoitetaan pystyvyysuskomuksilla?
- Mitä tiedetään unen ja oppimisen yhteyksistä?