



Ylioppilastutkinto

Laki ylioppilastutkinnosta 502/2019:

Tutkinnon suorittanut on omaksunut lukion opetus-
suunnitelman mukaiset tiedot ja taidot sekä
saavuttanut tavoitteiden mukaisen riittävän kypsyyden

Ylioppilastutkinnon suorittaminen
tuottaa yleisen jatko-opintokelpoisuuden
korkeakouluihin

Tutkinto tulee suoritetuksi, kun kokelas
on suorittanut viisi vaadittavaa yo-koetta
sekä lukiokoulutuksen oppimäärän

Lukiokoulutuksen oppimäärän voi
korvata ammatillisella perustutkinnolla
tai vastaavalla hyväksyttävällä tutkinnolla





Järjestettävät kokeet 2022-

Ylioppilastutkintoa suorittavan kokelaan on **suoritettava vähintään viisi koetta:**

**Äidinkieli
ja
kirjallisuus**

Matematiikka

- pitkä
- lyhyt

**Toinen
kotimainen
kieli**

- pitkä
- keskipitkä

**Reaaliaineiden
kokeet**

**Vieraat
kielet**

- pitkä
- lyhyt

Tutkintoosi on sisällyttävä vähintään **yksi vaativampi koe:**

- pitkä matematiikka
- vieras kieli
- toinen kotimainen kieli



Osallistuminen

Ilmoittautuminen

Suorittamisaika

Arvostelu

Uusiminen

Digitaaliset kokeet

Heikentävä syy

Sairaus tai vamma

LUKI

Elämäntilanne

Vaikutus arvosteluun

Äkillinen tilanne

Vieraskielisyys

Tutkintomaksut

Vilppi

Täydentäminen

Tietojen
luovuttaminen

Yliopistojen todistusvalinta

Amk ja todistusvalinta



Äidinkieli ja kirjallisuus

Äidinkielen ja kirjallisuuden koe **on aina sisällyttävä tutkintoosi**

- suomen kieli
- ruotsin kieli
- saamen kieli

Jos äidinkielesi ei ole suomi, ruotsi tai saame, voit tehdä suomi tai ruotsi toisena kielenä ja kirjallisuus-oppimäärään perustuvan kokeen

- painavasta syystä hakemuksesta oikeus muillakin





Valittavissa olevat kokeet 2022-

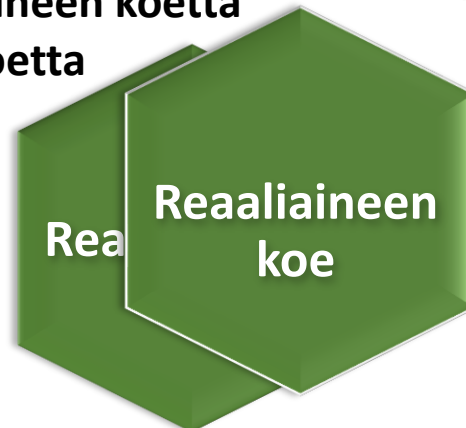
Äidinkielen ja kirjallisuuden kokeen lisäksi tutkintoosi on sisällyttävä **kolme koetta** ryhmästä:

- matematiikka
- toinen kotimainen kieli
- vieras kieli
- reaaliaineen koe



Sinun on **ylioppilastutkintoosi suoritettava kuitenkin viisi koetta**

- mikäli jätät matematiikan tai toisen kotimaisen kielen kokeen pois, on sinun suoritettava kaksi reaaliaineen koetta tai kaksi vieraan kielen koetta





Useammat kokeet

Reaaliaineiden kokeita voit suorittaa useita, koska ne ovat eri oppiaineissa.
Vieraan kielen kokeita voit myös suorittaa useassa eri kielessä.

Äidinkieli
ja
kirjallisuus

Matematiikka

Tutkintoosi voi kuulua vain **yksi koe**
samassa oppiaineessa

- esim. pitkä tai lyhyt matematiikka
- esim. vain englannin vaativampi koe



Toinen
kotimainen
kieli

Rea
Reaaliaineen
koe

Vieras
kieli



Lukion oppimäärää suorittava

- ✓ voit osallistua kokeeseen **opiskeltuasi oppiaineen pakolliset opinnot**
- ✓ jos vieraassa kielessä ei ole pakollisia opintoja, on opintoja oltava kuusi opintopistettä
- ✓ jos reaaliaineessa ei ole pakollisia opintoja, on opiskeltava 4 opintopistettä
- ✓ erityisestä syystä rehtorin päätöksellä poikkeukset, jos on riittävät edellytykset kokeesta suoriutumiseen

HUOMIO!

Koetehtävät perustuvat pakollisiin ja valinnaisiin opintoihin

Ammatillista perustutkintoa suorittava

- ✓ voit osallistua suoritettuasi vähintään 90 opintopistettä vastaavan osaamisen



Kokeisiin ilmoittautuminen

- **noudata kokeisiin ilmoittautuessasi lukion antamia ohjeita ja määräaikoja**
- **allekirjoitettu kirjallinen ilmoittautumishakemus jätetään lukion rehtorille**

**Syksyn tutkinto:
kesäkuun alkupäivinä**

**Kevään tutkinto:
marraskuun loppupäivinä**

HUOMIO!

Ilmoittautuminen on sitova

- **myöhästyneen hakemuksen lautakunta voi hyväksyä vain sairauden tai muun erityisen painavan syyn vuoksi**
- **erityisen painavasta syystä voit hakea muutosta tai peruutusta lautakunnalta**
- **rehtori tarkistaa osallistumisoikeutesi ja sen epäämisestä annetaan perusteltu kirjallinen päätös**



Tutkinnon suorittamisaika

- tutkinnon kokeet järjestetään samanaikaisesti kaksi kertaa vuodessa
- tutkinto tulee suorittaa **enintään kolmena peräkkäisenä tutkintokertana**
- hylätyn kokeen voit kuitenkin uusia kolmena välittömästi seuraavana kertana
- poikkeus: sairaus, päätoiminen opiskelu ulkomailla, muu painava syy

2. lukuvuosi

3. lukuvuosi

• • **kevät**

syksy

kevät

syksy

kevät • •

HUOMIO!

- mieti tarkkaan oma yo-suunnitelmasi ja tutkinnon aloitus
- mikäli lukion opintosi venyvät yli kolmeen vuoteen voi aika loppua kesken
- jos määräaika kuluu umpeen tai et selviydy kolmannellakaan uusimiskerralla, sinun on suoritettava tutkinto uudelleen



Kokeen arvostelu

L Laudatur

E Eximia cum laude
approbatur

M Magna cum
laude approbatur

C Cum laude
approbatur

B Lubenter
approbatur

A Approbatur

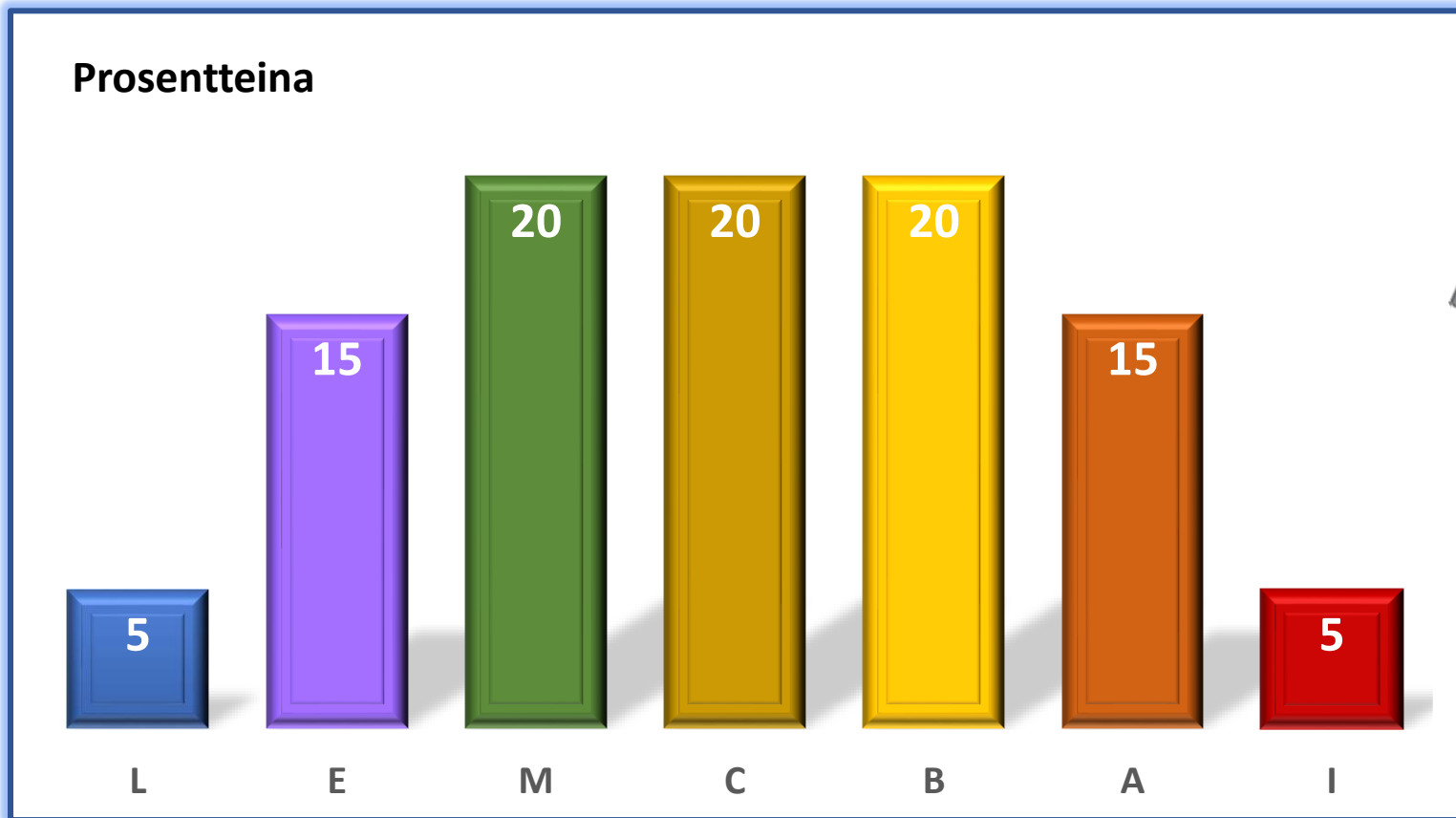
I Improbatur

- jokaisesta kokeesta annetaan erillinen arvosana
- koesuorituksen tarkastaa ja arvostelee alustavasti lukion opettaja
- lopullisen arvosanan antaa Ylioppilastutkintolautakunta
- tulosten julkaisemisen yhteydessä lautakunta julkaisee myös lopulliset hyvän vastauksen piirteet, joista ilmenevät perusteet, joiden mukaan arvostelu on suoritettu
- tutkinnon tulokset ja kokelaan arvostellut koesuoritukset annetaan kokelaalle ja alle 18-vuotiaan huoltajalle nähtäväksi lautakunnan ilmoittamassa verkkopalvelussa



Arvosanjakauma

- arvosanojen **pisterajat vaihtelevat** eri kokeissa sekä eri tutkintokerroilla
- pisterajojen määrittelyssä käytetään standardoitujen yhteispisteiden keskiarvoa (SYK-menetelmä)



Katso
YTL



Oikaisumenettely

Voit vaatia lautakunnalta oikaisua, jos epäilet virhettä arvostelussa

- 14 päivän kuluessa saatua koesuorituksen nähtäväksi

Perusteltu oikaisuvaatimus tehdään sähköisesti ja on maksullinen

- suorita maksu ja anna vaadittavat yhteystiedot

Mikäli arvosana tai pistemäärä korottuu saat uuden todistuksen ja maksu palautetaan

Lautakunta nimeää vähintään kaksi uutta arvostelijaa

Mikäli arvosana ei muutu, maksua ei palauteta eikä päätökseen saa hakea muutosta valittamalla

selkeä tekninen virhe voidaan korjata rehtorin tai opettajan tarkistuspyynnöllä ilman oikaisumenettelyä



Hyväksytty
koe

- saat uusia **niin monta kertaa kuin haluat**
- todistukseen merkitään parempi arvosana, jos uusit kokeen tutkinnon suorittamisen aikana
- ylioppilaana uusitusta kokeesta saat erillisen todistuksen

Hylätty koe

- saat uusia **kolme kertaa** välittömästi seuraavien kolmen tutkintokerran aikana
- voit vaihtaa pakollisen vaativamman kokeen lyhyemmän oppimäärän kokeeseen edellyttäen, että tutkintoosi sisältyy yksi pitkän oppimäärän koe
- ylioppilaana saat uusia hylätyn kokeen niin monta kertaa kuin haluat



Digitaaliset kokeet

- kaikki kokeet järjestetään digitaalisina
- **perehdy tarkasti koulusi antamiin ohjeisiin** tietokoneista, kuulokkeista, henkilöllisyystodistuksista, eväistä, koetilasta ja aikatauluista
- lautakunnan antamat tarkat ohjeet:

Katso
YTL

Katso koekohtaisia ohjeita:

Äidinkieli ja kirjallisuus

Matematiikka

Kielten kokeet

Reaaliaineen koe

- kokeen jälkeen lautakunta julkaisee sivuillaan **hyvän vastauksen piirteet**
- sivuilta voit tarkastella myös edellisten koekertojen hyvän vastauksen piirteitä ja pisteitä

Katso
YTL



Äidinkielen ja kirjallisuuden koe

- koe on kaksiosainen: **lukutaidon koe** ja **kirjoitustaidon koe**
- kokeet järjestetään eri koepäivinä
- molemmat kokeet tulee tehdä samalla tutkintokerralla
- molempien kokeiden kesto on 6 tuntia
- arvosana määräytyy näissä kokeissa saadun pistesumman perusteella



Kokeen aineistona hyödynnetään monimuotoisia autenttisia aineistoja:

**Kirjoitetut,
kuvalliset ja
graafiset
tekstit**

- tieto- ja kaunokirjallisuus
- mediatekstit
- verkkosivustot
- ...

Äänitiedostot

- katkelma radiohaastattelusta, uutislähetyksestä tai kuunnelmasta
- ...

**Audio-
visuaaliset
tekstit**

- mainoksia
- katkelmia tv-ohjelmista, elokuvista tai näytelmistä
- videoita
- animaatioita



Lukutaidon koe

Katso
YTL

- kokeessa arvioidaan taitoasi eritellä, tulkita, arvioida ja hyödyntää monimuotoisia tekstejä
- tehtävät liittyvät tekstien merkityksiin, rakenteisiin, ilmaisuun, tematiikkaan, vastaanottoon ja kontekstiin sekä niiden suhteisiin
- kokeessa on kaksi osaa ja sinun on valittava yksi tehtävä kummastakin osasta
- lukutaidon kokeen **maksimipistemäärä on 60 pistettä**

Osa I

keskittyy asia- ja mediatekstien analysointiin ja tulkintaan

- valitaan kahdesta tehtävänannosta toinen

Osa II

keskittyy kaunokirjallisten ja muiden fiktiivisten tekstien analysointiin ja tulkintaan

- valitaan kahdesta tehtävänannosta toinen

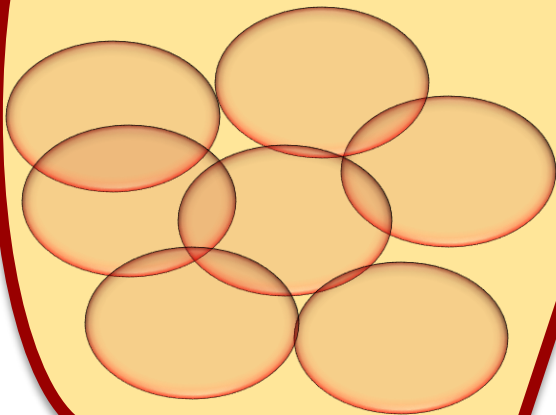


Kirjoitustaidon koe

- tehtävänä on tuottaa pohtiva tai kantaa ottava teksti aineistojen avulla
- kokeessa arvioidaan kirjallista ilmaisukykyäsi sekä taitoasi kielentää ajatuksia ja hallita asiakokonaisuuksia
- kirjoitustaidon kokeen **maksimipistemäärä on 60 pistettä**

Katso
YTL

Kokeessa on laajahko teema ja **5-7 siihen liittyvää aihetta**



- **valitset aiheista yhden**
- valitse aiheeseen ja näkökulmaasi sopivat aineistot
- täsmennät tai rajaat näkökulmaa ja kirjoitat tekstin hyödyntäen teemaan liittyviä aineistoja
- sinun on **hyödynnettävä tekstissä vähintään kahta aineistoa**

tarjolla on **6-8 teemaan liittyvää aineistoa**

- asiatekstejä
- mediatekstejä
- fiktiivisiä tekstejä..



Matematiikan koe

voit lukio-opinnoistasi riippumatta valita ilmoittaudutko pitkän vai lyhyen matematiikan kokeeseen:

pitkä
matematiikka

lyhyt
matematiikka

Katso
YTL

- molemmissa kokeissa annetaan 13 tehtävää ja saat vastata alla olevan taulukon mukaisesti **korkeintaan 10 tehtävään**
- tehtävät arvostellaan pistein 0-12 ja **maksimipistemäärä on 120 pistettä**
- hyvästä suorituksesta näkyy, miten kokelas on päätenyt vastaukseen. Ratkaisussa on oltava tarvittavat laskut tai muut perustelut ja lopputulos, ellei tehtävänannossa toisin ohjeisteta

Koetehtäviin voi kuulua erilaisia aineistoja. Tarvittaessa aineistot voidaan antaa erillisinä tiedostoina tehtävän ratkaisuun soveltuviksi arvioitujen ohjelmien tiedostomuodoilla. Jokaisen tiedoston yhteydessä voidaan kertoa, millä ohjelmalla se on tarkoitettu avattavaksi. Kokelas valitsee itse, millä koejärjestelmän ohjelmista hän käsittelee kyseistä aineistoa.



Kielten kokeet

Pitkä: englantia, espanjaa, ranskaa, saksaa, venäjää

Lyhyt: englantia, espanjaa, ranskaa, saksaa, venäjää, italiaa, portugalia, saamea, latinaa (2 tasoa)

Pitkä tai keskipitkä: toinen kotimainen (suomi tai ruotsi):

Kielikokeeseen sisältyy kielitaidon osa-alueita mittaavia tehtäviä:

kuullun
ymmärtäminen
80-90 pist.

luetun
ymmärtäminen
70-90 pist.

kirjallinen
tuottaminen
99 pist.

sanaston ja
rakenteiden
ymmärtäminen
20-40 pist.

suullinen
tuottaminen
(aikaisintaan 2022)

Katso
YTL



Portugalin, latinan, saamen
lyhyen oppimäärän kokeissa ei
mitata kuullun ymmärtämistä.



Kielten tehtävät

Katso
YTL

Digitaalisessa kielikokeessa ovat mahdollisia autenttista aineistoa monipuolisesti hyödyntävät tehtävätyypit:

- tekstejä, kuvia, tilastoja
- karttoja, videoita, äänitallenteita
- voit tehdä tehtävät haluamassasi järjestyksessä
- kun olet käyttänyt sallitut kuuntelukerrat, et voi enää kuunnella äänitettä
- videoita voit katsoa haluamasi määrän ja kelata niitä ja pysäyttää toiston

monivalinta-
tehtävät

monivalinta-
aukkotehtävät

avoimet
kysymykset

muut
tehtävätyypit

- voit suorittaa kaksi lyhyen kielen koetta samana päivänä ja saada kaksi tuntia lisäaikaa. Toinen voi olla paperikoe tai molemmat sähköisiä
- **kokeen maksimipistemäärä on 299 pistettä**



Reaaliaineiden koepäivät

Reaalikokeessa on **kaksi koepäivää** ja kummastakin aineryhmästä voit valita yhden kirjoitusaineen/tutkintokerta

Reaalin koepäivä

psykologia

filosofia

historia

fysiikka

biologia

valitse
yksi

Reaalin koepäivä

uskonto
(ev.lut./ort.)

et

yhteis-
kuntaoppi

kemia

maan-
tiede

terveys-
tieto

valitse
yksi

hajauttamalla tutkinnon kolmeen kertaan **voit suorittaa 6 reaalikoetta**



Reaaliaineen kokeet

- osallistumisoikeus on aineen pakolliset opinnot opiskelleella
- tehtävät perustuvat opetussuunnitelman pakollisiin ja valinnaisiin opintoihin
- kunkin reaaliaineen kokeessa on **oppiainerajat ylittäviä tehtäviä**
- tehtäviin voi kuulua esim. tekstejä, kuvia, tilastoja, karttoja, animaatioita videoita tai äänitallenteita

9 tehtävää, vastausten
enimmäismäärä viisi

- uskonto/et
- psykologia
- filosofia
- historia
- yhteiskuntaoppi
- maantiede
- terveystieto

11 tehtävää, vastausten
enimmäismäärä 7

- kemia
- biologia
- fysiikka

fysiikan, kemian ja maantieteen kokeissa saa
käyttää sallittuja laskimia ja taulukkokirjoja





- tehtävien laajuuden ja kysymysmuodon mukaan tehtävän maksimipistemäärä voi vaihdella välillä 15-30 pistettä
- kokeen **maksimipistemäärä on 120 pistettä**
- yleisten arvosteluperusteiden lisäksi painotetaan kunkin reaaliaineen luonteen mukaista esitystapaa ja kielenkäytön täsmällisyyttä

Suorituksen arvoa alentavat esimerkiksi:

- suorituksessa on selviä **asiavirheitä**
- ajatukset on ilmaistu **epäselvästi tai epätarkasti**
- esitetyt tiedot osoittavat, että kokelas on **käsittänyt tehtävän väärin**, tai ne ovat muuten tehtävänannon kannalta epäolennaisia; vastauksen pituus ja detaljien määrä eivät sinänsä ole ansioita
- vastaus rakentuu **pelkästään mielipiteiden varaan**
- suorituksessa **toistetaan samoja asioita**



Koesuoritusta heikentävä syy

sairaus tai vamma

lukemisen ja kirjoittamisen erityisvaikeus

erityisen vaikea elämäntilanne

opetuskielen puutteellinen hallinta

- neuvoteltava aina etukäteen rehtorin kanssa
- **haetaan lautakunnalta kirjallisesti** vaadittavin lausunnoin varustettuna viimeistään silloin, kun ilmoitaudutaan tutkintoon ensimmäisen kerran tai kun tarve havaitaan
- hakemus erityisjärjestelyistä sisältää kokelaan henkilökohtaisen opintosuunnitelman, mahdolliset tukitoimet koetilanteessa tai muun selvityksen haettavista tukitoimista

Esimerkkejä erityisjärjestelyistä:

- lisäaika kokeen suorittamiseen (+2 tuntia)
- erillinen pienryhmätila tai lepäämiseen tarkoitettu tila
- oikeus suurentaa kirjasinkokoa tai käyttää suurempaa näyttöä
- näkövammaisen apuvälineillä suoritettava tai ääniaineistoltaan rajoitettu koe
- avustajan käyttö

Katso YTL

Alkuun



Sairaus tai vamma

- jotta sairaus tai vamma voidaan huomioida ylioppilastutkinnon suorittamisessa, tulee kokelaan tai hänen huoltajansa hankkia lääkärin lausunto sairaudesta tai vammasta
- myös raskaudesta johtuvien tarpeiden perusteella voidaan myöntää erityisjärjestelyjä



LAUSUNNOT:

- lääkärinlausunto, josta ilmenee diagnoosi, sairauden tai vamman vaikutukset kokeiden suorittamiseen ja lääkärin erikoisala

Ylioppilastutkintolautakunta luokittelee sairauden tai vamman vaikutukset koesuoritukseen neliportaisella asteikolla:

ei vaikutusta

vaikuttaa jonkin verran

vaikuttaa merkittävästi

vaikuttaa erittäin paljon

- erityisjärjestelyn päättää lautakunta riippuen lausunnoista

HUOMIO!

Voi vaikuttaa erityisvaikeuden huomioimiseen myös arvostelussa, jos on tulossa **hylätty** arvosana



Lukemisen ja kirjoittamisen erityisvaikeus

LAUSUNNOT:

- lukemisen ja kirjoittamisen erityisvaikeuteen perehtynyt erityisopettaja, psykologi tai puheterapeutti
- vähintään kahden eri aineryhmän opettajan lausunnot kokelaan suoriutumisesta
 - *äidinkielen ja kirjallisuuden opettajan lisäksi opettajan lausunto sen mukaan, mitä aineita koskevia erityisjärjestelyjä kokelaalle haetaan*



Ylioppilastutkintolautakunta luokittelee erityisvaikeuden vaikutukset koesuoritukseen neliportaisella asteikolla:

ei vaikutusta

vaikuttaa jonkin verran

oikeus suurentaa kirjaskokoa ja oikeus suurempaan näyttöön

vaikuttaa merkittävästi

+ edellisen lisäksi voidaan myöntää lisäaikaa

vaikuttaa erittäin paljon

+ edellisten lisäksi oikeus erilliseen pienryhmätilaan

HUOMIO!!

Voi vaikuttaa erityisvaikeuden huomioimiseen myös arvostelussa, jos on tulossa **hylätty** arvosana



Erityisen vaikea elämäntilanne

Erityisen vaikea elämäntilanne voi johtua esimerkiksi:

- lähiomaisen vakavasta sairastumisesta tai kuolemasta
- vaikeasta perhetilanteesta
- raskaasta oikeudellisesta prosessista



LAUSUNNOT:

lausunnon voi antaa kuraattori, psykologi, terveydenhoitaja tai lääkäri

Ylioppilastutkintolautakunta luokittelee vaikean elämäntilanteen vaikutukset koesuoritukseen neliportaisella asteikolla:

ei vaikutusta

vaikuttaa jonkin verran

vaikuttaa merkittävästi

vaikuttaa erittäin paljon

HUOMIO!

Erityisen vaikea elämäntilanne voidaan huomioida myös arvostelussa, jos on tulossa **hylätty** arvosana



Vieraskielisyys

- jos äidinkielesi ei ole suomi, ruotsi tai saame, **voit ilman hakemusta suorittaa suomi tai ruotsi toisena kielenä ja kirjallisuus**-oppimäärään perustuvan kokeen
- painavasta syystä oikeus muillakin erillisellä hakemuksella
- hakemuksesta lautakunta voi myöntää **erityisjärjestelyinä 2 tuntia** lisäaikaa muissa kuin vieraan kielen kokeissa
- **pistekorotusta hylättyyn arvosanaan ei voi saada**

Kokeen rakenne:

kuunteleminen

lukutaito

kirjoitustaito

LAUSUNNOT erityisjärjestelyyn:

- huoltajan tai opiskelijan hakemus
- äidinkielen ja kirjallisuuden opettajan (tai suomi tai ruotsi toisena kielenä) lausunto
- reaaliaineen opettajan lausunto





Äkillinen ja ennakoimaton tilanne

- jos äkillinen tai ennakoimaton tilanne vaikuttaa kokeen suorittamiseen, tulee välittömästi ottaa yhteyttä rehtoriin
- on arvioitava, onko kokelaan edun mukaista hakea ilmoittautumisen mitätöintiä vai suorittaa koe erityisjärjestelyin
 - onko hajautuskertoja tai uusimiskertoja jäljellä
 - erityisjärjestelyitä: pienryhmätila, lepotila (rehtorin päätös)
- rehtorin päätös kyseiselle koepäivälle
- lautakunnan päätös lisäajasta ja muista erityisjärjestelyistä jäljellä oleville koepäiville tai muulle ratkaisulle

LAUSUNNOT:

päätös erityisjärjestelyistä tehdään ehdollisena, jos äkillisestä ja ennakoimattomasta tilanteesta tarvitaan lääkärinlausunto tai muita selvityksiä kokeen jälkeen





Järjestyksen rikkominen ja vilpillinen menettely

- matkapuhelimen ja muiden elektronisten laitteiden (kuten älykellojen) tuominen koetilaisuuteen on kielletty
- langattomien laitteiden käyttö on kielletty (kuten Bluetooth-kuulokkeet, langattomat hiiret jne.)
- häiritsevä kokelas voidaan määrätä poistumaan ja koe hylätään

Seuraamus järjestyksen rikkomisesta ja vilpillisestä menettelystä:

- kaikki kyseisen tutkintokerran suoritukset hylätään ja kokelas menettää oikeuden osallistua saman tutkintokerran myöhempisiin kokeisiin
- jos menettely on toistuvaa tai muuten erityisen vakavaa ja haitallista, kokelas voi menettää lisäksi oikeutensa osallistua seuraavan tutkintokerran kokeisiin
- rehtori suorittaa tutkinnan todistajan läsnä ollessa ja tekee päätöksen
- kokelasta on kuultava, kuulemistilaisuudesta pidetään pöytäkirjaa ja on hankittava muu tarpeellinen selvitys
- päätökseen voi hakea muutosta valittamalla hallinto-oikeuteen



Tutkinnon täydentäminen

- tutkinnon täydentäminen uusilla kokeilla on mahdollista sen jälkeen **kun olet suorittanut ylioppilastutkinnon**
- ajankohdan voit valita vapaasti
- voit suorittaa samassa oppiaineessa **myös eritasoisia kokeita**, esim. pitkän ja lyhyen matematiikan
- voit uusia kokeen niin monta kertaa kuin haluat
- uusista kokeista saat **erillisen todistuksen**





Suunnittelun tavoitteeseesi

**Pohdi omia vahvuuksiasi
hyvissä ajoin**

- mieti lukion jälkeistä aikaa
- tarkista suunnitelmiasi

**Valitse sinua kiinnostavia
oppiaineita**

- kiinnostus parantaa tuloksiasi
- innostut opiskelusta

**Toteuta unelmaasi, luota
itseesi ja kykyihisi**

**Seuraa aktiivisesti
mediaa ja uutisia**

- ole kriittinen
pohdiskelija

Varaa riittävästi lukuaikaa

- järjestä mielekästä vapaa-aikaa
- huolehdi yleiskunnostasi ja terveellisestä ravinnosta

**Keskustele
suunnitelmiasi
opettajien, vanhempiesi ja
ystävien kanssa**

