**PÄIVÄKOHTAINEN OPPIMISTREENI**

OPINTOJAKSO: mikä?

**Ohjeet opiskelijalle:**

Oppimistreeniohjelmaa seuraamalla opit erinomaisesti opintojakson aiheet työstämällä aktiivisesti oppimaasi!

Ohjelma perustuu siihen, että kun käsittelet opiskeltavia asioita riittävän paljon ja usein työmuistissasi, alkavat asiat tallentua säilömuistiin ja pysyvät siellä.

Ohjelmassa esitetty aikataulu on ohjeellinen. Huomioi siis ohjelmaa soveltaessa oma opiskelunopeutesi sekä omat aikataulu- ja opiskelutavoitteesi. Muokkaa ohjelmaa tarvittaessa omaan elämäntilanteeseen sopivaksi huomioiden esim. muut opinnot, työ, perhe ym. arkeen vaikuttavat asiat. Ohjelmaa seuratessa kannattaa kuitenkin muistaa, että ohjelman menetelmät eivät ole oppimisen kannalta hyödyksi, jos ohjelman harjoitteet ja tehtävät tekee hutiloiden. Muistathan varata myös riittävästi aikaa oppimisen arvioinnille ja oppimiskeskusteluihin opettajan/opiskelutovereiden kanssa.

|  |  |
| --- | --- |
| **VIIKKO 1** | **TÄHÄN TSEMPPITEKSTI OPISKELUN ALOITUKSEEN** |
| **päivä 1** |  |
| **päivä 2** |  |
| **päivä 3** |  |
| **päivä 4** |  |
| **päivä 5** | **LEPOPÄIVÄ!** |
| **päivä 6** |  |
| **päivä 7** | **LEPOPÄIVÄ!** |

|  |  |
| --- | --- |
| VIIKKO 2 | **TSEMPPITEKSTI** |
| päivä 8 |  |
| päivä 9 | **LEPOPÄIVÄ!** |
| päivä 10 |  |
| päivä 11 |  |
| päivä 12 | **LEPOPÄIVÄ!** |
| päivä 13 |  |
| päivä 14 |  |

|  |  |
| --- | --- |
| VIIKKO 3 | **TSEMPPITEKSTI** |
| päivä 15 |  |
| päivä 16 |  |
| päivä 17 | **LEPOPÄIVÄ!** |
| päivä 18 |  |
| päivä 19 |  |
| päivä 20 | **LEPOPÄIVÄ!** |
| päivä 21 |  |

|  |  |
| --- | --- |
| VIIKKO 4 | **TSEMPPITEKSTI** |
| päivä 22 |  |
| päivä 23 |  |
| päivä 24 | **LEPOPÄIVÄ!** |
| päivä 25 |  |
| päivä 26 |  |
| päivä 27 | **LEPOPÄIVÄ!** |
| päivä 28 |  |

|  |  |
| --- | --- |
| VIIKKO 5 | **TSEMPPITEKSTI** |
| päivä 29 |  |
| päivä 30 |  |
| päivä 31 | **LEPOPÄIVÄ!** |
| päivä 32 |  |
| päivä 33 |  |
| päivä 34 | **LEPOPÄIVÄ!** |
| päivä 35 |  |

|  |  |
| --- | --- |
| VIIKKO 6 | **TSEMPPITEKSTI** |
| päivä 36 |  |
| päivä 37 | **LEPOPÄIVÄ!** |
| päivä 38 |  |
| päivä 39 |  |
| päivä 40 | **LEPOPÄIVÄ!** |
| päivä 41 |  |
| päivä 42 |  |
| Päättöviikko |  |