



HELSINGIN YLIOPISTO  
AVOIN YLIOPISTO

# HOPS

**- Tukea  
opintojen  
suunnitteluun**

## **HELSINGIN YLIOPISTO AVOIN YLIOPISTO**

PL 53 (Fabianinkatu 32)  
00014 Helsingin yliopisto

### **Asiakaspalvelu**

Helsingin yliopiston opiskelijaneuvonta  
Fabianinkatu 33  
puh. 02941 22244  
neuvonta@helsinki.fi

### **Opintojen ohjaus**

puh. 02941 28321  
avoin-ohjaus@helsinki.fi



Henkilökohtainen opintosuunnitelma eli HOPS on työkalu opintojen suunnitteluun sekä opiskelun lähtökohtien ja päämäärien selkiyttämiseen. Siihen sisältyy opintosuunnitelma aikatauluineen, oppimistavoitteet sekä jatkuva itsearviointi opintojen edetessä. HOPSin tekeminen auttaa arvioimaan omaa osaamista ja opittuja asioita. Sen avulla voi myös havainnoida yksilöllisiä tarpeitaan ja erityisesti niitä osaamisalueita, jotka vaativat kehittämistä. HOPSin kautta pystyy näkemään opiskelunsa kytkeytymisen osaksi muuta elämää.

## Nykytilanne

Opintojen suunnittelun pohjaksi voit miettiä omaa taustaasi, elämäntilannettasi ja ajankäyttöäsi.

## Kiinnostuksen kohteeni ja tavoitteeni

Mitkä asiat kiinnostavat sinua, missä asioissa haluat kehittää itseäsi, mistä haluaisit tietää ja oppia lisää? Onko sinulla toiveita ja haaveita, joihin et ole vielä tarttunut? Kirjaamalla ylös kiinnostuksen kohteesi ja tavoitteesi samalla jäsenät ja selkeytät niitä. Matkalla tavoitteen saavuttamiseen sinulta vaaditaan määrätietoisuutta, sitkeyttä ja valintojen tekoa. Opintosuunnitelmaa tehdessäsi voit miettiä mitä tavoitteita asetat opiskelullesi ja tulevaisuudellesi.

**Mitä olet aikaisemmin opiskellut?**

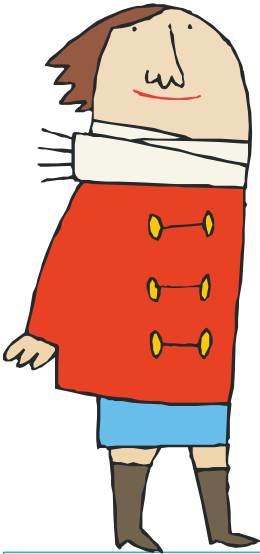
**Työkokemuksesi ja kielitaitosi?**

**Millainen on tämänhetkinen elämäntilanteesi?**

**Miksi ja mitä haluat opiskella avoimessa yliopistossa?**

**Mikä erityisesti kiinnostaa sinua opiskelussa tällä hetkellä?**

**Mitkä ovat opiskelusi tavoitteet?**



**Mitä osaamista tarvitset tavoitteesi saavuttamiseksi?**

**Mitä vahvuuksia sinulla on opiskelijana?**

**Haluaisitko kehittää opiskelutaitojasi?**

**Millaista tukea tarvitsisit?**

## **Minä opiskelijana**

Kun suunnittelet opintojen aloittamista, sinun kannattaa muistaa omat vahvuutesi ja aiemmat onnistumisen kokemuksesi. Jokainen on kiinnostunut jostain ja toivoo jostain, jokainen on hyvä jossakin. Näihin asioihin kannattaa tarttua. Mieti, mitkä ovat juuri sinun vahvuutesi. Missä asioissa sinä olet hyvä?

Opiskella voi monin eri tavoin. Voit valita sinulle itsellesi parhaiten sopivan opetusmuodon; perinteisen lähiopetuksen luentoineen tai kenties verkko-opinnot. Voit opiskella itsenäisesti suorittamalla kirjatenttejä tai ryhmässä opintopiirin jäsenenä. Sinulla on vapaus valita ja hyödyntää monipuolisesti eri vaihtoehtoja omaan elämäntilanteeseesi parhaiten sopivalla tavalla.

Opiskelutaitoihin liittyvät kurssit ovat apunasi kun haluat harjaannuttaa opiskelutaitojasi. Avoimen yliopiston henkilökunta neuvoo ja auttaa sinua; tuutoreilta saat opiskelutaidollista ohjausta, voit halutessasi varata ajan opintojen ohjaukseen opintoasiainsuunnittelijalle, tai keskustella lehtorin tai opettajan kanssa omasta oppiaineesta ja opiskelustasi.

## Opiskelusuunnitelma ja aikataulus

Opiskelusuunnitelman tekeminen on opiskeluun liittyvien tavoitteiden ja toiveiden miettimistä ja niiden suhteuttamista aikaan. Opiskelusuunnitelma auttaa sinua ottamaan vastuun omasta opiskelustasi. Opintojen hyvä suunnittelu tekee opiskelustasi pitkäjänteistä sekä auttaa huomiomaan tarvittavat käytännön järjestelyt. Opiskelusuunnitelma voi muuttua ja tarkentua opiskelun kuluessa. Kun asetat itsellesi tavoitteita kannattaa iso tavoite jakaa pienempiin osiin, välitavoitteisiin, joiden saavuttaminen antaa intoa jatkaa.

Opiskelusuunnitelman tekeminen kannattaa aloittaa tutustumalla sinua kiinnostavan oppiaineen opinto-ohjelmaan, sen sisältöihin, rakenteeseen ja aikataulusukseen. Suoritustavat voivat olla vaihtoehtoisia, mieti osallistutko opetukseen tai luetko esimerkiksi kirjatenttiin. Opiskelusuunnitelma konkretisoituu kun merkitset kalenteriisi luennot, opintopiirit, mahdolliset ryhmätapaamiset, tentit sekä oppimistehtävien palautuspäivät. Muista varata aikaa myös itsenäiselle työskentelylle; kirjallisuuden hankkimiselle, tenttiin lukemiselle ja oppimistehtävien kirjoittamiselle. Voit myös laatia itsellesi päivittäisen ja viikoittaisen luku- ja kirjoitusaikataulun.

**Mitä suunnittelet opiskelevasi tänä lukuvuonna? (opintokokonaisuudet, yksittäiset opintojaksot, yleis- ja kieliopinnot, opiskelutaitoihin liittyvät kurssit)**

**Entä pidemmän tähtäimen suunnitelmasi?**

**O  
P  
S  
H**

**Mitä haluat opiskella  
pääaineena? Entä  
sivuaineina?**

**Mitä kieliopintoja  
tutkintoon kuuluu?**

**Voitko pyrkiä  
opiskelemaan  
avoimen yliopiston  
väylän kautta?**

## Tavoitteena tutkinto?

Jos tavoitteesi on päästä yliopistoon suorittamaan tutkintoa, voit yleensä jo avoimessa yliopistossa suorittaa paljon tutkintoon kuuluvia opintoja. Yliopistotutkintoihin kuuluu pääaineen opintojen lisäksi sivuaineiden opintoja sekä kieli- ja viestintäopintoja. Tutkintojen rakenteeseen ja tutkintovaatimuksiin voi tutustua tiedekuntien verkkosivuilla.

Tutkinto-opiskelijat valitaan useimmiten pääsykokeiden perusteella. Moniin Helsingin yliopiston tiedekuntiin voi kuitenkin hakea myös avoimessa yliopistossa suoritetujen opintojen perusteella eli avoimen yliopiston väylän kautta. Hakuehdot vaihtelevat tiedekunnittain, mutta yleensä opintoja pitää olla suoritettuna vähintään 85 op. Avoimen yliopiston väylästä löytyy lisätietoa Avoimen yliopiston verkkopalvelusta ja tiedekuntien verkkosivuilta.

## Toteutumisen arviointi

Suunnitelma voi muuttua ja tarkentua opiskelun kuluessa. Suunnitelmaan toteutumista kannattaakin arvioida esim. lukuvuoden päätteeksi.

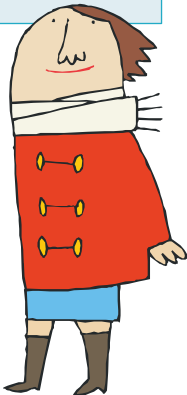
Suunnitelman aikataulu on saattanut olla liian tiukka tai olisit tarvinnut enemmän tukea opiskelutaitoihin. Voi myös olla, että jonkin henkilökohtaisen asian vuoksi joudut tinkimään tavoitteistasi tai siirtämään tavoitteen aikarajaa. Jos joitain opintojaksoja on jäänyt välistä, voit suorittaa ne, kun ne ovat seuraavan kerran tarjolla ja maksaa uuden kurssikohtaisen opintomaksun.

Asiat kehittyvät ja muuttuvat tilanteiden mukaan. Tilanteet vaihtuvat, tavoitteet kirkastuvat, jäsentyvät ja asetuvat erilaiseen tärkeysjärjestykseen eri elämäntilanteissa. Kun pohdit tavoitteitasi ja suunnitelmiasi uudelleen, voit löytää kokonaan uusia näkökulmia, jollaisia et osannut edes odottaa.

**Miten saavutit  
tavoitteesi?**

**Olivatko tavoitteet  
realistisia?**

**Onko suunnitelmaa  
syytä muuttaa?**



## Tukea opintojen suunnitteluun

Opintojen suunnittelussa voit käyttää tukena HOPS -lomaketta, joka löytyy Avoimen yliopiston verkkopalvelun Opiskelun taito -sivustolta:  
[www.avoin.helsinki.fi/opiskeluntaito/hops.htm](http://www.avoin.helsinki.fi/opiskeluntaito/hops.htm)

Jos haluat keskustella opintosuunnitelmastasi, voit ottaa yhteyttä Avoimen yliopiston opintojen ohjaajiin tai tuutoreihin.

Opintojen ohjaajien yhteystiedot:  
puh. 09 191 28321  
[avoin-ohjaus@helsinki.fi](mailto:avoin-ohjaus@helsinki.fi)

Opintojen ohjaukseen voit varata ajan puhelimitse tai sähköpostitse.

Myös Avoimen yliopiston tuutorit neuvovat opiskelutaitoihin liittyvissä kysymyksissä ja auttavat opintosuunnitelman laatimisessa. Tietoa tuutoreista löytyy Avoimen yliopiston verkkopalvelun Opiskelijapalvelut-osiosta, kohdasta Opintoneuvonta.

Avoimen yliopiston Helsingin toimipisteessä järjestetään opintojen suunnitteluun ja HOPSin tekemiseen liittyviä teemailtoja. Lisätietoja löydät verkkopalvelusta.

The logo for HOPS consists of four large, bold, sans-serif letters: 'H' in red, 'O' in orange, 'P' in yellow, and 'S' in blue. The letters are slightly tilted and arranged horizontally.

[www.helsinki.fi/avoim](http://www.helsinki.fi/avoim)

