



JYVÄSKYLÄN YLIOPISTO
UNIVERSITY OF JYVÄSKYLÄ

Liikuntapsykologian infotilaisuus lukuvuosi 2025-2026

Liikuntatieteellinen tiedekunta &
Avoin yliopisto

Opintotarjonta lukuvuonna 2025-2026



- Liikuntatieteellinen tiedekunta:
 - Liikuntapsykologian perusopinnot (25op)
 - Kansainvälinen maisteriohjelma (120op)
- Avoin yliopisto:
 - Liikuntapsykologian perusopinnot (25op)
 - Liikuntapsykologian aineopinnot (35op)
 - Teemakokonaisuudet x 4 (12-15op)



Liikuntapsykologia liikuntatieteellisessä tiedekunnassa



Opintotarjonta liikuntatieteellisessä tiedekunnassa



- Kenelle?

- Liikuntatieteellisen tiedekunnan tutkinto-opiskelijoille
- ristiinopiskeluna UEF:n tiettyjen koulutusalojen tai -ohjelmien tutkinto-opiskelijoille
- jo myönnettyillä JOO-oikeuksilla muiden yliopistojen tutkinto-opiskelijoille (uusia JOO-oikeuksia ei myönnetä)

- Mitä?

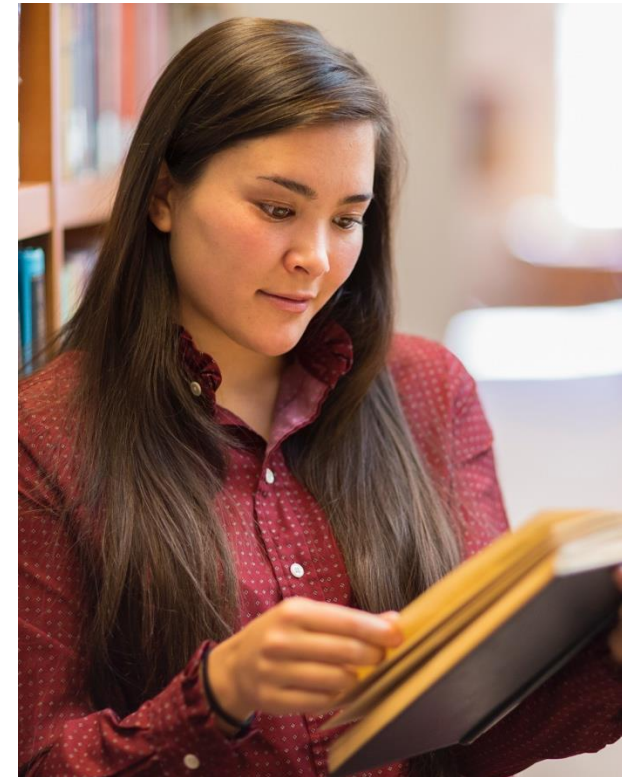
- Liikuntapsykologian perusopinnot (25op)
 - LPSP1003 Tunne- ja vuorovaikutustaidot liikunnassa 1 (5op)
 - LPSP1004 Liikuntapsykologian perusteet (5op)
 - LPSP1005 Psyykkiset taidot 1 (5op)
 - LPSP1006 Ryhmäilmiöt liikunnassa 1 (5op)
 - LTKY1006 Liikunta- ja terveyskäyttäytymisen edistäminen (5op)



Perusopintojen suoritustavat tiedekunnassa



- Mahdollista suorittaa **pääasiassa etäopintoina!**
 - **Verkkotentit**
 - LPSP1004 Liikuntapsykologian perusteet
 - LPSP1005 Psyykkiset taidot 1
 - **Verkkotentit tai oppimistehtävä**
 - LPSP1006 Ryhmäilmiöt liikunnassa 1
 - **Ryhmätyö (oppimistehtävä) ja verkkotentit**
 - LTKY1006 Liikunta- ja terveystietämisen edistäminen
 - **Verkkokurssi tai lähitoteutus Jyväskylässä**
 - LPSP1003 Tunne- ja vuorovaikutustaidot liikunnassa 1



Opintojen ajoitus tiedekunnassa



- Syksyllä 2025 ja keväällä 2026
 - LPSP1004 Liikuntapsykologian perusteet (5op)
 - LPSP1005 Psyykkiset taidot 1 (5op)
 - LPSP1006 Ryhmäilmiöt liikunnassa 1 (5op)
 - LPSP1003 Tunne- ja vuorovaikutustaidot liikunnassa 1 (5op)
 - Yhteistoteutus avoimen yliopiston kanssa
 - Rajoitettu määrä paikkoja
- Keväällä 2026
 - LTKY1006 Liikunta- ja terveyskäyttämisen edistäminen (5op)
 - Ole yhteydessä vastuuopettajaan, jos olet jo suorittanut tai aiot suorittaa tämän osana toista opintokokonaisuutta
- Ilmoittautuminen ja lisätietoa Sisussa (<http://sisu.jyu.fi>)

Opettajat



- Oppiaineen vastuuopettaja **Hanna-Mari Toivonen**
(hanna-mari.h-m.toivonen@jyu.fi)
 - LPSP1003 Tunne- ja vuorovaikutustaidot liikunnassa 1 (5op)
 - LPSP1005 Psyykkiset taidot 1 (5op)
 - LPSP1006 Ryhmäilmiöt liikunnassa 1 (5op)
- Tuntiopettaja **Hanna-Kaisa Raninen**
 - LPSP1004 Liikuntapsykologian perusteet (5op)
- Tuntiopettaja **Ville Valasti**
 - LPSP1005 Psyykkiset taidot 1 (5op)
- Tutkijatohtori **Kirsi Keskinen**
 - LTKY1006 Liikunta- ja terveystietämisen edistäminen (5op)
- Opiskelunpalvelupiste: <https://www.jyu.fi/fi/yhteystiedot/opiskelun-palvelupiste>

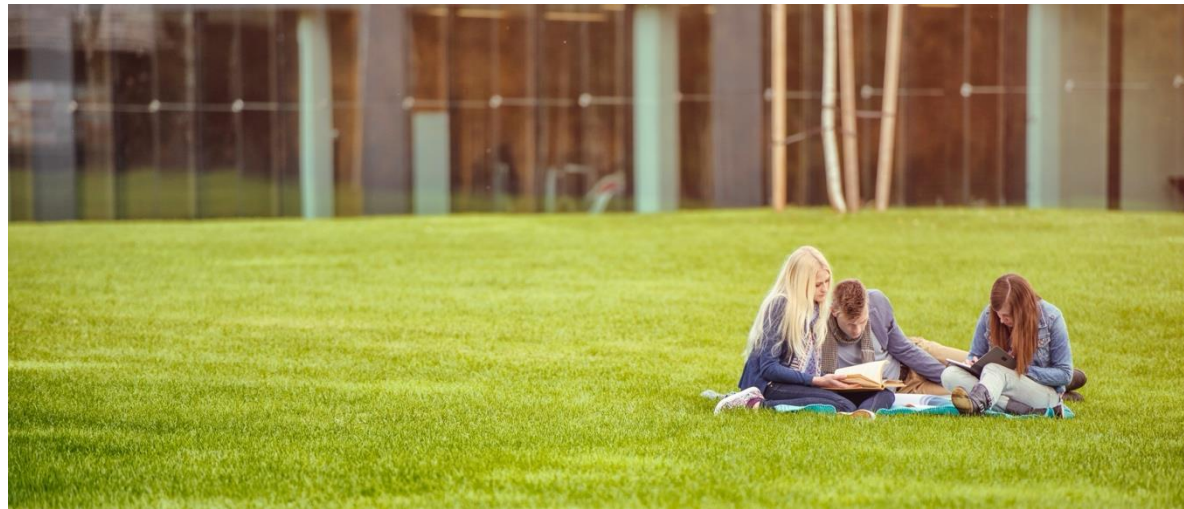
Liikuntapsykologia avoimessa yliopistossa



Kenelle?



- Kaikille halukkaille opintomaksua (20€ /opintopiste) vastaan.
- JYU alumniopiskelijoille maksuton (<https://www.jyu.fi/fi/opiskelijalle/kandi-ja-maisteriopiskelijan-ohjeet/opiskeluoikeudet/alumniopinto-oikeus>)



Opintotarjonta avoimessa yliopistossa

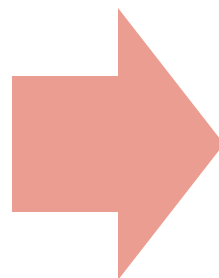


Liikuntapsykologian **perusopinnot** (25op)

- LPSP1003 Tunne- ja vuorovaikutustaidot liikunnassa 1 (5op)
- LPSP1004 Liikuntapsykologian perusteet (5op)
- LPSP1005 Psyykkiset taidot 1 (5op)
- LPSP1006 Ryhmäilmiöt liikunnassa 1 (5op)
- LTKY1006 Liikunta- ja terveyskäyttäytymisen edistäminen (5op)

Liikuntapsykologian **aineopinnot** (35op)

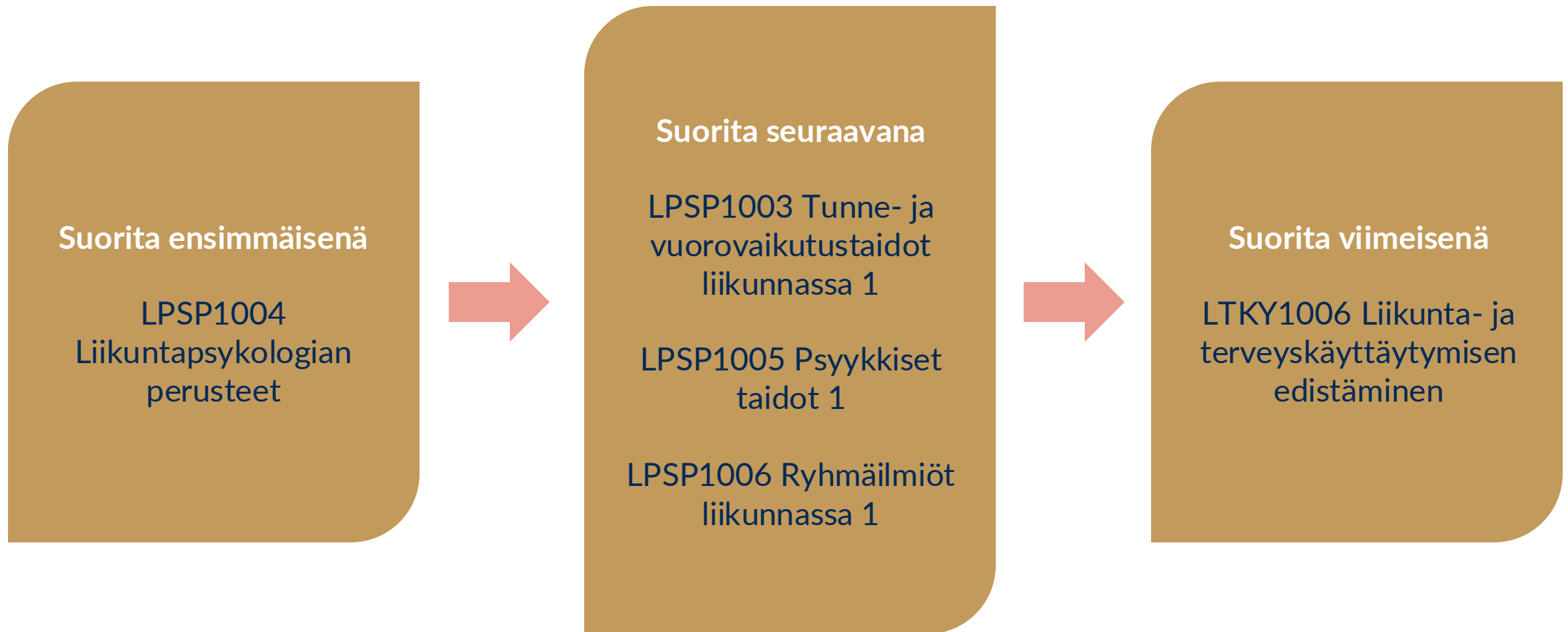
- LPSA1001 Psyykkiset taidot 2 (5op)
- LPSA1002 Ryhmäilmiöt liikunnassa 2 (5op)
- LPSA1003 Tunne- ja vuorovaikutustaidot liikunnassa 2 (5op)
- LPSA1004 Johtajuus ja vastuunotto liikunnassa (5op)
- LPSA1005 Liikunnan kehityspsykologia (5op)
- LPSA1006 Liikunta ja käyttäytymisen muutos (5op)
- LPSA1007 Motivoiva vuorovaikutus liikunnanohjauksessa (5op)



Teemakokonaisuudet (12-15op)

- Psyykkiset taidot (15op)
- Ryhmätaidot (15op)
- Vuorovaikutustaidot (15op)
- Käyttäytymisen muutos (12op)

Perusopintojen suositeltu suoritusjärjestys



Aineopintojen suositeltu suoritusjärjestys



Suorita ensimmäisenä

LPSA1001 Psyykkiset
taidot 2

LPSA1002 Ryhmäilmiöt
liikunnassa 2

LPSA1005 Liikunnan
kehityopsykologia

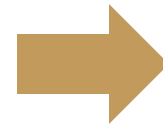


Suorita seuraavana

LPSA1003 Tunne- ja
vuorovaikutustaidot
liikunnassa 2

LPSA1004 Johtajuus ja
vastuunotto liikunnassa

LPSA1007 Motivoiva
vuorovaikutus
liikunnanohjauksessa



Suorita viimeisenä

LPSA1006 Liikunta ja
käyttäytymisen muutos

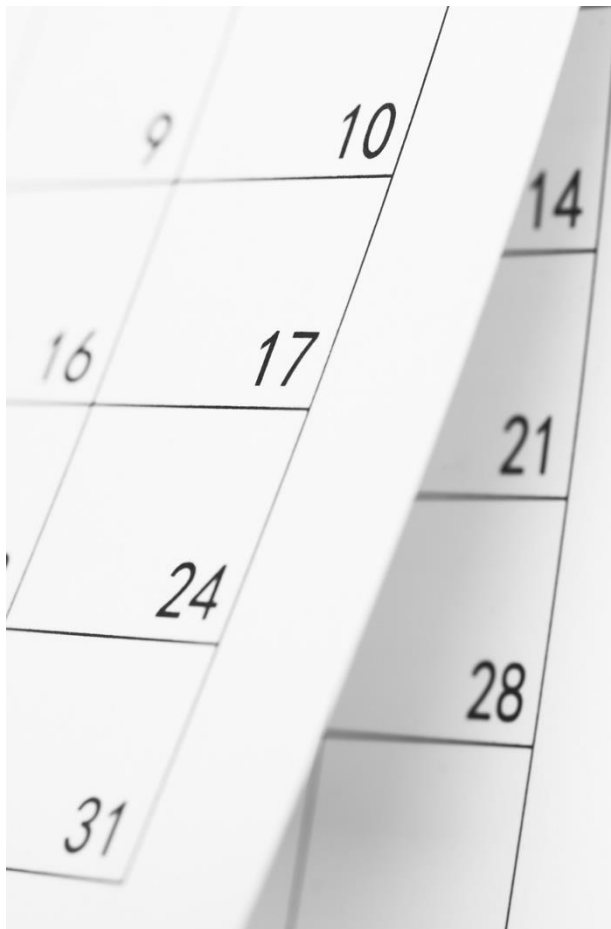
Teemakokonaisuudet



<https://www.thinglink.com/scene/1817336638934614502>

<https://www.jyu.fi/fi/avoin-yliopisto/opinnot/liikuntapsykologia-avoimessa-yliopistossa>

Opintojen ajoitus avoimessa yliopistossa

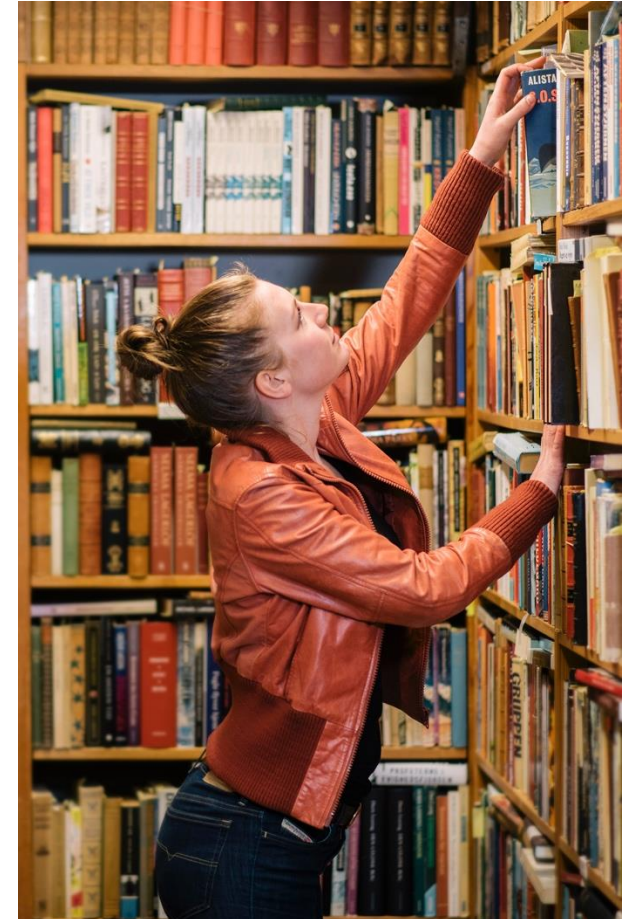


- Milloin tahansa **ympäri vuoden** lukuun ottamatta
 - LPSP1003 Tunne- ja vuorovaikutustaidot liikunnassa 1 neljä kertaa vuodessa
 - verkkokurssina **syksyllä ja keväällä**
 - lähiopetuksena Jyväskylässä **syksyllä ja keväällä**
 - Yhteistoteutus tiedekunnan kanssa
 - LPSA1003 Tunne- ja vuorovaikutustaidot liikunnassa 2 kerran vuodessa **syksyisin**
 - LPSA1001 Psyykkiset taidot 2 kerran vuodessa **keväisin**
- Aikataulut ja lisätietoa opinnoista:
 - <https://www.jyu.fi/fi/avoin-yliopisto/opinnot/liikuntapsykologia-avoimessa-yliopistossa>

Perusopintojen suoritustavat avoimessa yliopistossa



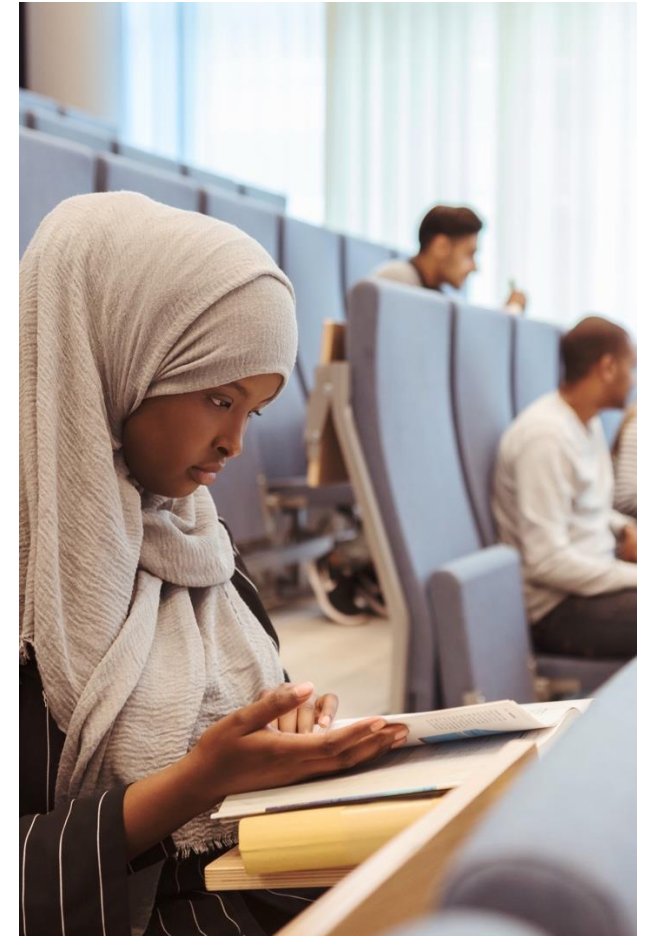
- Mahdollista suorittaa kokonaan etäopintoina
 - Verkkotentit
 - LPSP1004 Liikuntapsykologian perusteet
 - LPSP1005 Psyykkiset taidot 1
 - Verkkotentit tai oppimistehtävä
 - LPSP1006 Ryhmäilmiöt liikunnassa
 - Oppimistehtävä
 - LTKY1006 Liikunta- ja terveystoimintatutkimuksen edistäminen (5op)
 - Verkkokurssi tai lähitoteutus
 - LPSP1003 Tunne- ja vuorovaikutustaidot liikunnassa 1 (5op)



Aineopintojen suoritustavat avoimessa yliopistossa



- Mahdollista suorittaa **pääasiassa etäopintoina** lukuun ottamatta LPSA1001 Psyykkiset taidot 2
 - **Oppimistehtävä**
 - LPSA1002 Ryhmäilmiöt liikunnassa 2
 - LPSA1006 Liikunta ja käyttäytymisen muutos
 - LPSA1007 Motivoiva vuorovaikutus liikunnanohjauksessa
 - **Verkkotentit**
 - LPSA1004 Johtajuus ja vastuunotto liikunnassa
 - LPSA1005 Liikunnan kehityspsykologia
 - **Verkkokurssi ja verkkotentit**
 - LPSA1003 Tunne- ja vuorovaikutustaidot liikunnassa 2
 - **Verkko- ja lähiopetus**
 - LPSA1001 Psyykkiset taidot 2

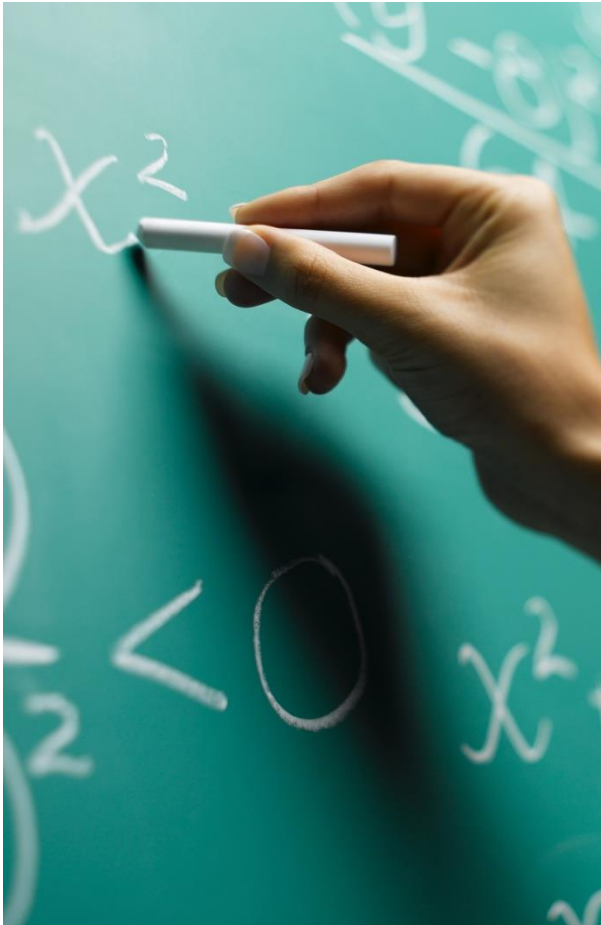


Liikuntapsykologian oppiaineen vastuopettaja



- **Hanna-Mari Toivonen** (hanna-mari.h-m.toivonen@jyu.fi)
 - LPSP1003 Tunne- ja vuorovaikutustaidot liikunnassa 1 (5op)
 - LPSA1003 Tunne- ja vuorovaikutustaidot liikunnassa 2 (5op)
 - LPSA1004 Johtajuus ja vastuunotto liikunnassa (5op)
 - LPSA1005 Liikunnan kehityopsykologia (5op)
 - LPSA1007 Motivoiva vuorovaikutus liikunnanohjauksessa (5op)

Liikuntapsykologian oppiaineen tuntiohpetajat



- Tuntiohpettaja **Hanna-Kaisa Raninen**
 - LPSP1004 Liikuntapsykologian perusteet (5op)
 - LPSA1006 Liikunta ja käyttäytymisen muutos (5op)
- Tuntiohpettaja **Ville Valasti**
 - LPSP1005 Psyykkiset taidot 1 (5op)
 - LPSA1001 Psyykkiset taidot 2 (5op)
 - LPSA1002 Ryhmäilmiöt liikunnassa 2 (5op)
- Tuntiohpettaja **Janna-Carla Niemi**
 - LPSP1006 Ryhmäilmiöt liikunnassa 1 (5op)
- Tuntiohpettaja **Miika Tuominen**
 - LTKY1006 Liikunta- ja terveyskäyttäytymisen edistäminen (5op)
- Opiskelunpalvelupiste: <https://www.jyu.fi/fi/yhteystiedot/opiskelun-palvelupiste>

International Master's Programme Psychology of Physical Activity, Health, and Well-Being - PsyAct

- Kenelle?
 - Liikuntapsykologian ja/tai urheilupsykologian ammattilaiseksi pyrkiville
- Milloin?
 - Erillishaku tammikuussa 2026 (<https://www.jyu.fi/en/study-with-us/masters-degree-programmes>)
 - Huolehdi kielitaitovaatimukset kuntoon ennen hakua
- Miten?
 - 2-vuotinen täysipäiväinen lähiopetus
- Kuka?
 - Maisteriohjelmaan liittyvät kysymykset voi esittää osoitteeseen: psyact@jyu.fi



Urheilupsykologian sertifikaatit



- **Kenelle?**
 - Tarkoitettu liikunta- ja urheilupsykologian alalla työskenteleville
- **Mitä?**
 - Urheilupsykologian sertifikaatteja on kahdenlaisia riippuen siitä, mikä pohjakoulutus henkilöllä on.
 - Psykologeille: **urheilu- ja liikuntapsykologin sertifikaatti**
 - Jonkin muun soveltuvan pohjakoulutuksen omaaville: **urheilun psyykkisen valmennuksen ja liikunta-aktiivisuuden edistämisen sertifikaatti**
 - Sertifikaatin kriteerit: <https://www.psyli.fi/psykologin-tyo-ja-koulutus/patevyydet-ja-sertifikaatit/urheilupsykologian-sertifikaatti/urheilupsykologian-sertifikaatin-hakeminen/>
- **Kuka?**
 - Psykologiliitto myöntää sertifikaatit
 - Lähetä sertifikaatteihin liittyvät kysymykset osoitteeseen: upserti@psyli.fi
- **Miksi?**
 - Urheilupsykologian sertifikaatit osoittavat, että henkilöllä on kriteerit täyttävä koulutus- ja kokemustausta toteuttaa laadukasta psyykkistä valmennusta urheilun ja liikunnan edistämisen kentällä. Vaaditaan moniin urheilupsykologian alan tehtäviin.
- **Soveltuvatko Jyväskylän yliopiston liikuntapsykologian opinnot sertifikaattiin omaa pohjakoulutusta täydentäviksi opinnoiksi? Kyllä!**

Kiitos!



JYVÄSKYLÄN YLIOPISTO
UNIVERSITY OF JYVÄSKYLÄ



hanna-mari.h-m.toivonen@jyu.fi