



JYVÄSKYLÄN YLIOPISTO  
UNIVERSITY OF JYVÄSKYLÄ

# Liikuntapsykologian infotilaisuus lukuvuosi 2026-2027

Liikuntatieteellinen tiedekunta &  
Avoin yliopisto

# Opintotarjonta lukuvuonna 2026-2027



- 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
- Liikuntatieteellisen tiedekunnan alumniopiskelijoille

- Mitä?

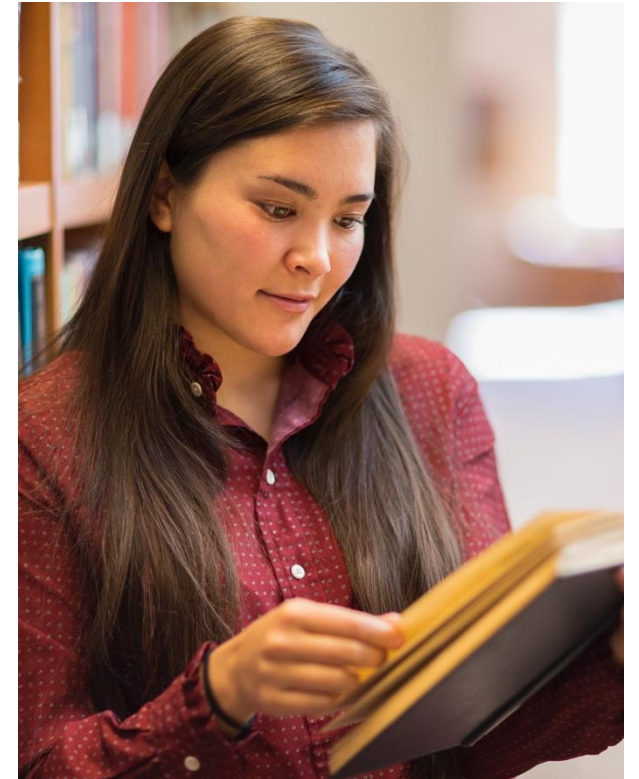
- Liikuntapsykologian perusopinnot (25op)
  - LPSP1003 Tunne- ja vuorovaikutustaidot liikunnassa 1 (5op)
  - LPSP1004 Liikuntapsykologian perusteet (5op)
  - LPSP1005 Psyykkiset taidot 1 (5op)
  - LPSP1006 Ryhmäilmiöt liikunnassa 1 (5op)
  - LTKY1006 Liikunta- ja terveystyöskäytännön edistäminen (5op)



# Perusopintojen suoritustavat tiedekunnassa



- Mahdollista suorittaa **etäopintoina!**
  - **Verkkokurssi (verkkotapaamiset ja verkkotehtävät)**
    - LPSP1003 Tunne- ja vuorovaikutustaidot liikunnassa 1
  - **Verkkotentit ja verkkotehtävät**
    - LPSP1004 Liikuntapsykologian perusteet
    - LPSP1005 Psyykkiset taidot 1
  - **Verkkotentit tai oppimistehtävä sekä verkkotehtävät**
    - LPSP1006 Ryhmäilmiöt liikunnassa 1
  - **Ryhmätyö (oppimistehtävä), hybriditapaamiset, verkkotentit ja verkkotehtävät**
    - LTKY1006 Liikunta- ja terveystyöskäytännön edistäminen



# Opintojen ajoitus tiedekunnassa



- Suoritettavissa milloin tahansa
  - LPSP1004 Liikuntapsykologian perusteet
  - LPSP1005 Psyykkiset taidot 1
  - LPSP1006 Ryhmäilmiöt liikunnassa 1
- Suoritettavissa syksyllä 2026 ja keväällä 2027
  - LPSP1003 Tunne- ja vuorovaikutustaidot liikunnassa 1
- Suoritettavissa vain keväällä 2027
  - LTKY1006 Liikunta- ja terveyskäyttäytymisen edistäminen
    - Ole yhteydessä opintojakson vastuuopettajaan ([kirsi.e.keskinen@jyu.fi](mailto:kirsi.e.keskinen@jyu.fi)), jos olet jo suorittanut tai aiot suorittaa tämän opintojakson osana toista opintokokonaisuutta
- Ilmoittautuminen ja lisätietoa Sisussa (<http://sisu.jyu.fi>)

# Opettajat



- Oppiaineen vastuuopettaja **Hanna-Mari Toivonen**  
([hanna-mari.h-m.toivonen@jyu.fi](mailto:hanna-mari.h-m.toivonen@jyu.fi))
  - LPSP1003 Tunne- ja vuorovaikutustaidot liikunnassa 1
  - LPSP1004 Liikuntapsykologian perusteet
  - LPSP1005 Psyykkiset taidot 1
  - LPSP1006 Ryhmäilmiöt liikunnassa 1
- Tutkijatohtori **Eeva Kettunen** arvioi lopputentit opintojaksoilla:
  - LPSP1004 Liikuntapsykologian perusteet
  - LPSP1005 Psyykkiset taidot 1
- Tutkijatohtori **Kirsi Keskinen** on vastuussa opintojaksosta:
  - LTKY1006 Liikunta- ja terveystyöskäytännön edistäminen
- Opiskelunpalvelupiste: <https://www.jyu.fi/fi/yhteystiedot/opiskelun-palvelupiste>

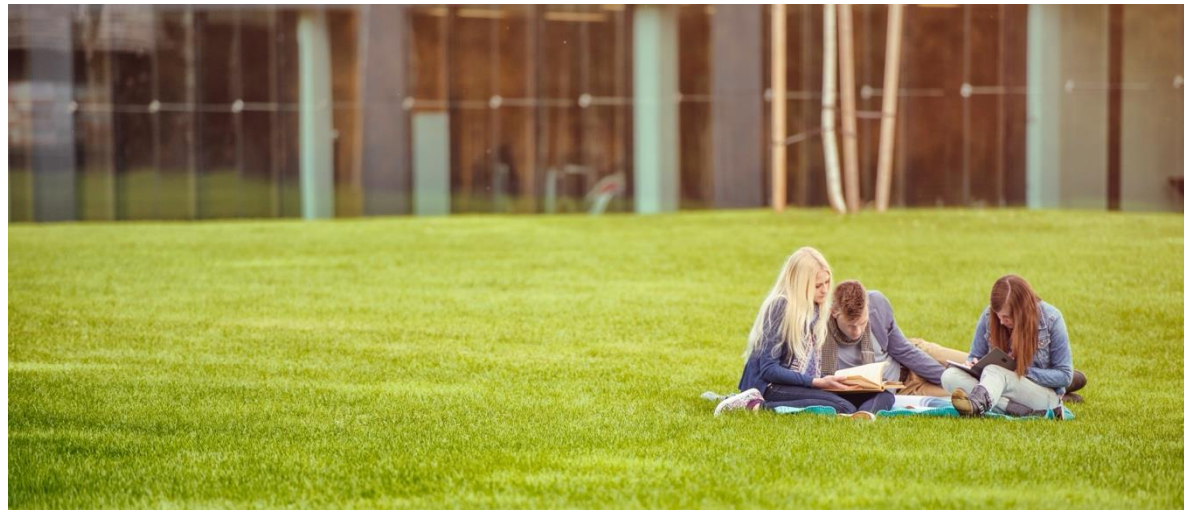
# Liikuntapsykologia avoimessa yliopistossa



# 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

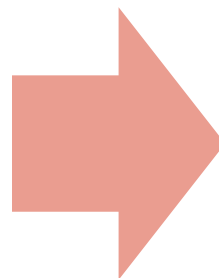


## Liikuntapsykologian **perusopinnot** (25op)

- 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)

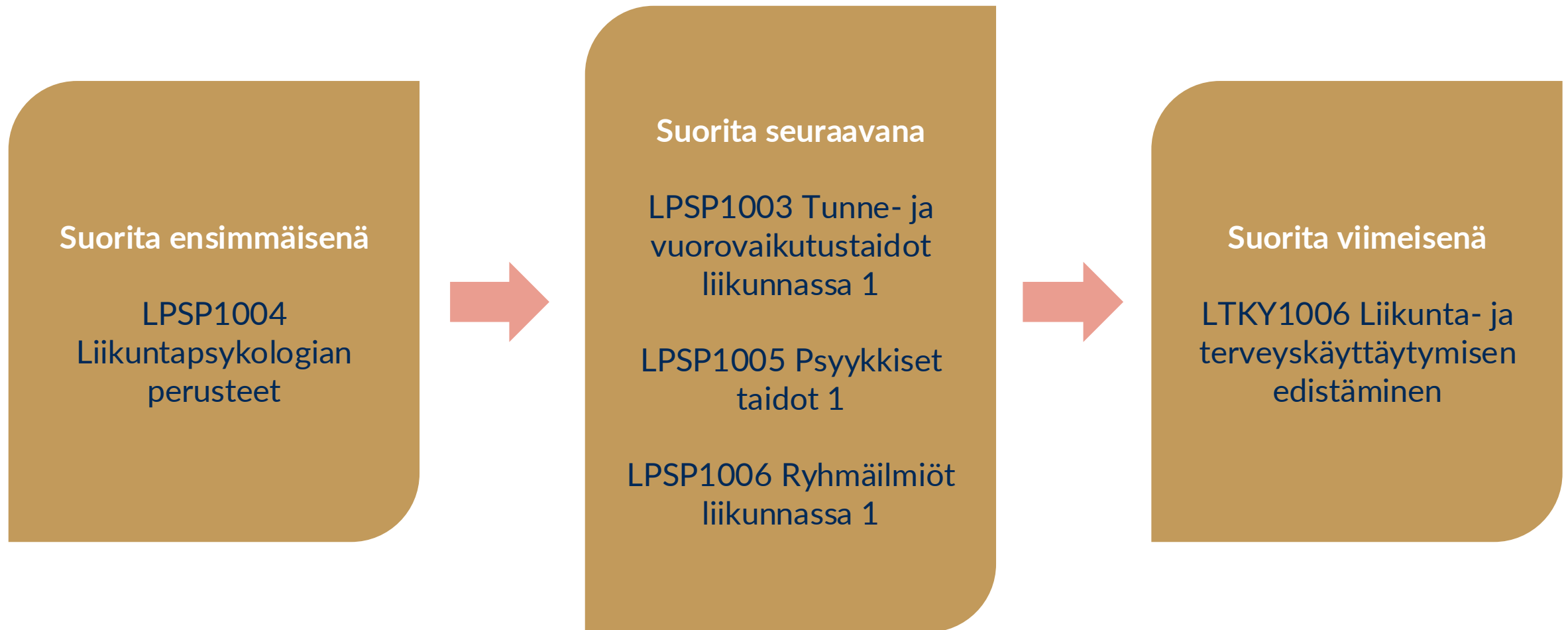
- LPSA1001 Psyykkiset taidot 2 (5op)
- LPSA1002 Ryhmäilmiöt liikunnassa 2 (5op)
- LPSA1003 Tunne- ja vuorovaikutustaidot liikunnassa 2 (5op)
- LPSA1004 Johtajuus ja vastuunotto liikunnassa (5op)
- LPSA1005 Liikunnan kehityspsykologia (5op)
- LPSA1006 Liikunta ja käyttäytymisen muutos (5op)
- LPSA1007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



## **Teemakokonaisuudet** (12-15op)

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

# Perusopintojen suositeltu suoritusjärjestys



# Aineopintojen suositeltu suoritusjärjestys

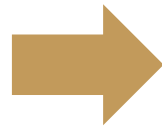


## Suorita ensimmäisenä

LPSA1001 Psyykkiset taidot 2

LPSA1002 Ryhmäilmiöt liikunnassa 2

LPSA1005 Liikunnan kehityopsykologia

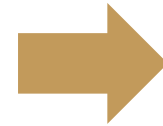


## Suorita seuraavana

LPSA1003 Tunne- ja vuorovaikutustaidot liikunnassa 2

LPSA1004 Johtajuus ja vastuunotto liikunnassa

LPSA1007 Motivoiva vuorovaikutus liikunnanohjauksessa



## Suorita viimeisenä

LPSA1006 Liikunta ja käyttäytymisen muutos

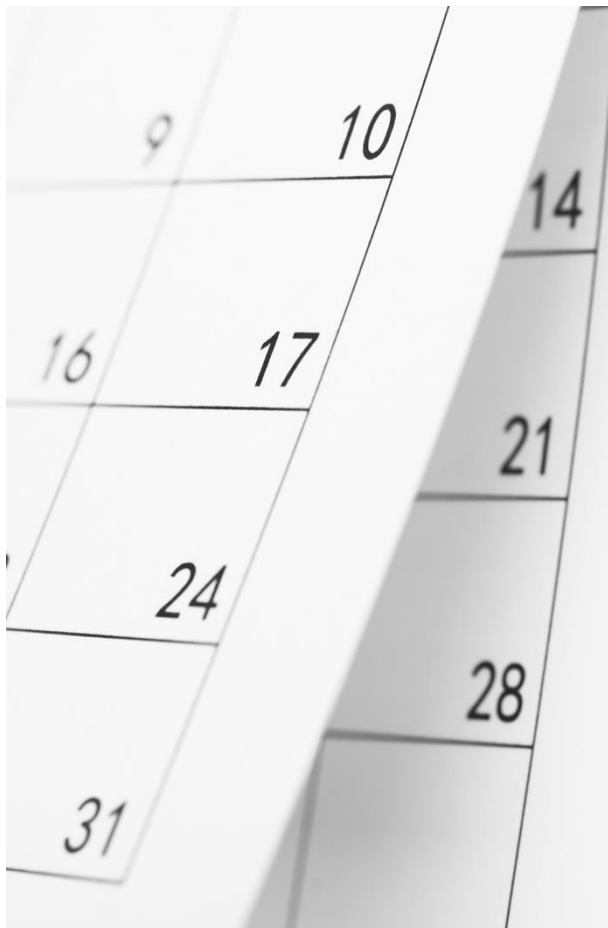
# Teemakokonaisuudet



<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**
  - 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



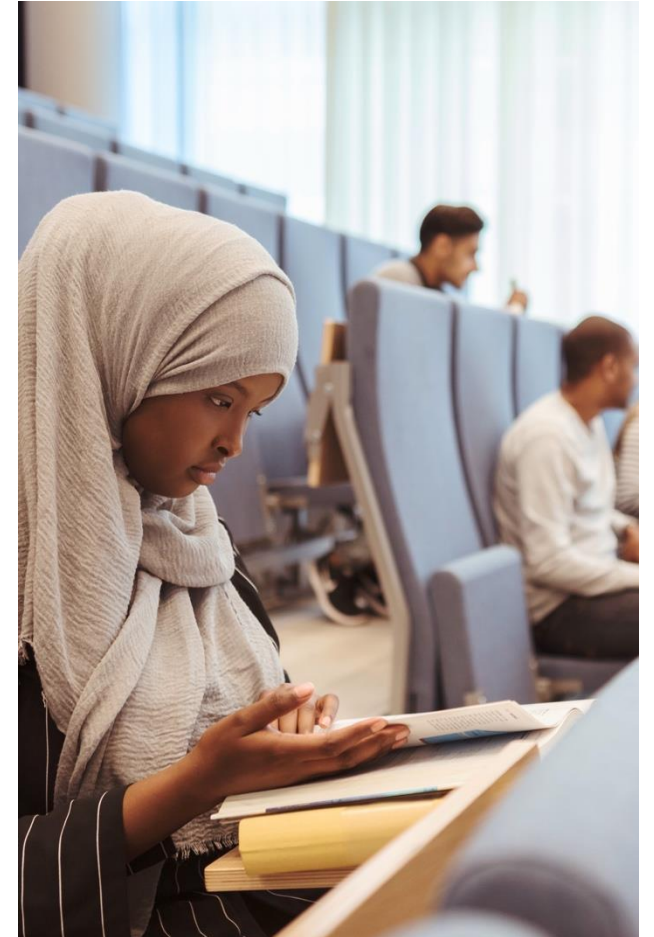
- Suoritetaan kokonaan etäopintoina
  - Verkkokurssi (verkkotapaamiset, ryhmätyöt ja verkkotehtävät)
    - LPSP1003 Tunne- ja vuorovaikutustaidot liikunnassa 1
  - Verkkotentit ja verkkotehtävät
    - LPSP1004 Liikuntapsykologian perusteet
    - LPSP1005 Psyykkiset taidot 1
  - Verkkotentit tai oppimistehtävä sekä verkkotehtävät
    - LPSP1006 Ryhmäilmiöt liikunnassa
  - Oppimistehtävä ja verkkotehtävät
    - LTKY1006 Liikunta- ja terveystyöskäytännön edistäminen



# Aineopintojen suoritustavat avoimessa yliopistossa



- Suoritetaan kokonaan etäopintoina
  - Oppimistehtävä ja verkkotehtävät
    - LPSA1002 Ryhmäilmiöt liikunnassa 2
    - LPSA1006 Liikunta ja käyttäytymisen muutos
    - LPSA1007 Motivoiva vuorovaikutus liikunnanohjauksessa
  - Verkkotentit ja verkkotehtävät
    - LPSA1004 Johtajuus ja vastuunotto liikunnassa
    - LPSA1005 Liikunnan kehityspsykologia
  - Verkkokurssi
    - LPSA1003 Tunne- ja vuorovaikutustaidot liikunnassa 2 (verkkotapaamiset, ryhmätyöt, verkkotentit ja verkkotehtävät)
    - LPSA1001 Psyykkiset taidot 2 (verkkotapaamiset, oppimistehtävä ja verkkotehtävät)

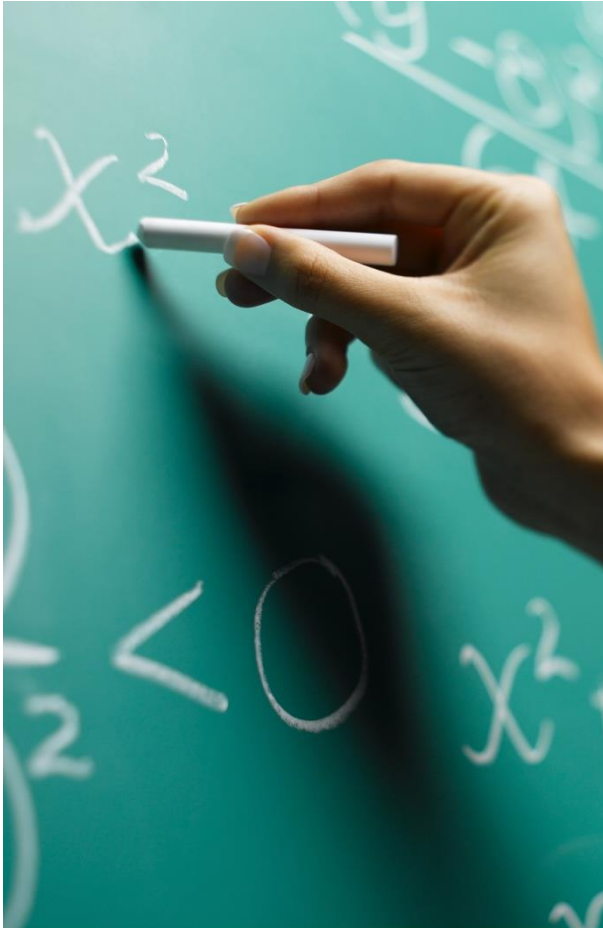


# Liikuntapsykologian oppiaineen vastuopettaja



- **Hanna-Mari Toivonen** ([hanna-mari.h-m.toivonen@jyu.fi](mailto:hanna-mari.h-m.toivonen@jyu.fi))
  - LPSP1003 Tunne- ja vuorovaikutustaidot liikunnassa 1
  - LPSP1004 Liikuntapsykologian perusteet
  - LPSP1005 Psyykkiset taidot 1
  - LPSP1006 Ryhmäilmiöt liikunnassa 1
  - LPSA1002 Ryhmäilmiöt liikunnassa 2
  - LPSA1003 Tunne- ja vuorovaikutustaidot liikunnassa 2
  - LPSA1004 Johtajuus ja vastuunotto liikunnassa
  - LPSA1005 Liikunnan kehityopsykologia
  - LPSA1007 Motivoiva vuorovaikutus liikunnanohjauksessa

# Liikuntapsykologian oppiaineen tuntiopettajat



## – Hanna-Kaisa Raninen

- LPSP1004 Liikuntapsykologian perusteet (tenttien arviointi)
- LPSA1006 Liikunta ja käyttäytymisen muutos

## – Kaisa Kaseva

- LPSP1005 Psyykkiset taidot 1 (tenttien arviointi)
- LPSA1001 Psyykkiset taidot 2

## – Eeva Kettunen

- LTKY1006 Liikunta- ja terveyskäyttäytymisen edistäminen

- Opiskelunpalvelupiste: <https://www.jyu.fi/fi/yhteystiedot/opiskelun-palvelupiste>

# Tutkinto-opiskelu & sertifikaatit



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

- Kenelle?
  - Liikuntapsykologian ja/tai urheilupsykologian ammattilaiseksi pyrkiville
- Milloin?
  - Erillishaku tammikuussa 2027 (<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](mailto:psyact@jyu.fi)



# Urheilupsykologian sertifikaatit



- Kenelle?
  - Tarkoitettu liikunta- ja urheilupsykologian alalla työskenteleville
- 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.
- 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 (UPV)**
  - Sertifikaatin kriteerit: <https://www.psyli.fi/psykologin-tyo-ja-koulutus/patevyydet-ja-sertifikaatit/urheilupsykologian-sertifikaatti/urheilupsykologian-sertifikaatin-hakeminen/>
  - Soveltuvatko Jyväskylän yliopiston liikuntapsykologian opinnot sertifikaattiin omaa pohjakoulutusta täydentäviksi opinnoiksi? Kyllä!
- Kuka?
  - Psykologiliitto myöntää sertifikaatit
  - Lähetä sertifikaatteihin liittyvät kysymykset osoitteeseen: [upserti@psyli.fi](mailto:upserti@psyli.fi)

# Kiitos!



JYVÄSKYLÄN YLIOPISTO  
UNIVERSITY OF JYVÄSKYLÄ



[hanna-mari.h-m.toivonen@jyu.fi](mailto:hanna-mari.h-m.toivonen@jyu.fi)

040 805 4869