



**DIGILLÄ**  
OPIN PORTAILLE

# Понятное руководство по учёбе

**Diak**

**SDO** SUOMEN  
DIAKONIAOPISTO

 Elinkeino-, liikenne- ja  
ympäristökeskus

Vipuvoimaa  
EU:lta  
2014–2020

  
Euroopan unioni  
Euroopan sosiaalirahasto

# ОГЛАВЛЕНИЕ

<b>ВВЕДЕНИЕ</b>	<b>3</b>
<b>СИСТЕМА ОБРАЗОВАНИЯ В ФИНЛЯНДИИ</b>	<b>4</b>
Основное общее образование	4
Основное общее образование для взрослых	5
Вторая ступень, или лицей и профессиональное образование	6
Высшие учебные заведения, или университет прикладных наук и университет	7
Открытый университет прикладных наук и открытый университет	7
Просветительская работа	7
<b>ПОСТУПЛЕНИЕ НА ОБУЧЕНИЕ В ФИНЛЯНДИИ (ПОСТУПЛЕНИЕ В УЧЕБНОЕ ЗАВЕДЕНИЕ)</b>	<b>9</b>
Общенациональный набор в учебные заведения второй ступени после основного общего образования	9
Непрерывный набор	10
Общенациональный набор в высшие учебные заведения	10
Портал об образовании «Opintopolku»	10
Поступление в рамках общенационального набора через портал Opintopolku	11
Требования к знанию языка	12
<b>РАЗЛИЧНЫЕ СПОСОБЫ ОБУЧЕНИЯ</b>	<b>13</b>
<b>ЛЬГОТЫ И ПРИВИЛЕГИИ ДЛЯ СТУДЕНТОВ</b>	<b>15</b>
Студенческие билеты	15
Бесплатное питание и льгота на питание в высших учебных заведениях	15
Пособие на проезд до учебного заведения	15
Пособие на обучение	16
Пособие для взрослых учащихся	16
Независимое обучение с получением пособия по безработице	16
Суточные студента по трудовому договору и командировочные	16
Здравоохранение учащегося	16
<b>ПОЛЕЗНО ЗНАТЬ</b>	<b>17</b>
Вид на жительство для студента	17
Признание образования	17
<b>УЧЕБНЫЕ НАВЫКИ</b>	<b>18</b>

# ВВЕДЕНИЕ

В данном руководстве рассказывается об обучении в Финляндии. Также здесь содержится информация о темах и терминах, относящихся к учёбе. Кроме того, в руководстве имеются упражнения, которые помогут осмыслить и развить свой учебный путь и навыки. Руководство подходит как для самостоятельного использования, так и для осуществления мультикультурной координационной работы.

Брошюра «Понятное руководство по обучению» была подготовлена в рамках проекта Информатика – Путь в мир знаний (Digillä opin portaille) (2022–2023) при поддержке Европейского Социального Фонда (ESR). Проект направлен на поддержку по подготовке к учёбе и трудоустройству женщин, переехавших из других стран.

## С ПОМОЩЬЮ ЭТОГО РУКОВОДСТВА ВЫ:

- узнаете о финской системе образования.
- получите информацию о подаче заявки на обучение.
- получите информацию о различных способах обучения.
- сможете ознакомиться со своими сильными сторонами.



# СИСТЕМА ОБРАЗОВАНИЯ В ФИНЛЯНДИИ

В Финляндии обязательное образование начинается в тот год, когда ребенку исполняется 7 лет, и продолжается до 18 лет. В течение этого периода обучение является бесплатным.

## Основное общее образование

В общеобразовательной школе дети учатся с 1 по 9 классы. Там они приобретают необходимые знания и навыки. Окончание общеобразовательной школы даёт право на обучение в учебных заведениях второй ступени. Если у Вас нет аттестата об окончании общеобразовательной школы в Финляндии или другой страны, Вы можете закончить общеобразовательную школу в рамках основного общего образования для взрослых (см. главу «Основное общее образование для взрослых»).



# Основное общее образование для взрослых

Вы можете получить основное общее образование для взрослых, если общеобразовательная школа осталась незавершённой и Вам нужен аттестат об основном общем образовании, для дальнейшего обучения в лицее или профессиональном учебном заведении. Если Вы взрослый иммигрант и Вам нужно улучшить навыки чтения, письма, математики и углубить знания об устройстве финского общества, Вы можете принять участие в начальном этапе основного общего образования. Посещение основного общего образования для взрослых возможно с осеннего семестра того года, когда Вам исполнится 17 лет

Обучение на начальном этапе основного общего образования для взрослых соответствует уровню 1. – 6. класса начального обязательного образования. На заключительном этапе основного общего образования для взрослых Вы проходите предметы 7–9 классов. После завершения данного образования Вы можете поступить в лицей или в среднее профессиональное учебное заведение. Если Вы обладаете достаточными знаниями и навыками, Вы можете начать обучение с заключительного этапа основного общего образования минуя обучение на начальном этапе.

Как начальный, так и заключительный этап длятся 1—2 года. Однако, продолжительность обучения всегда индивидуальна и зависит от прогресса в учёбе и ранее приобретенной компетенции.

## В РАМКАХ ОСНОВНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ ДЛЯ ВЗРОСЛЫХ ВЫ СМОЖЕТЕ:

- **завершить общеобразовательную** учебную программу и получить аттестат об окончании основного общего образования
- **изучить отдельные предметы**, входящие в общеобразовательную программу или части основного образования
- **повысить оценки** итогового аттестата об основном общем образовании.

Вы можете получить основное общее образование для взрослых, например, в лицеях для взрослых, народных колледжах, некоторых профессиональных училищах и других учебных заведениях. Преподавание ведётся на финском или шведском языках.

Если Вы хотите получить основное общее образование для взрослых, Вы можете подать заявку напрямую в учебное заведение. Учебные заведения сами определяют время подачи заявок и процесс набора студентов. Более подробную информацию об обучении и о том, как подать заявку, Вы можете найти на портале “Opintopolku” или на сайтах учебных заведений.

## Вторая ступень, или лицей и профессиональное образование

После основной общеобразовательной школы обучение продолжается либо в лицее, либо в средних профессиональных учебных заведениях.

Лицей является общеобразовательным, то есть Вы не получаете там какую-то конкретную профессию. В лицее учащиеся сдают финский единый государственный экзамен.

В профессиональных средних учебных заведениях учащиеся получают профессию, например, младшей сестры, повара, строителя, руководителя детской деятельности или электрика.

В рамках получения базового профессионального образования Вы получаете основные профессиональные навыки как обучаясь в школе, так и проходя практику на рабочем месте.

В дополнение к базовому профессиональному образованию Вы можете получить частичные и профессиональные степени. Вы также можете получить работу с частичной или профессиональной степенью, например, в качестве специалиста по уходу (сиделки) или школьного помощника.

Профессиональная степень также может быть получена в рамках договора об обучении. Договор об обучении означает, что студент, получающий профессиональное образование трудоустроен и работает на рабочем месте. Между учащимся, работодателем и учебным заведением заключается договор об обучении.

Обучение на второй ступени обычно длится три года. После окончания лицея или профессионального учебного заведения можно продолжить обучение в высшем учебном заведении.

Если Вы не смогли поступить на обучение второй ступени, Вы можете укрепить знания финского языка и навыков обучения, повторить содержание учебной программы общеобразовательной школы и познакомиться со средним образованием в рамках подготовительного обучения для дипломных программ (TUVU), которое длится не более одного года.

## **Высшие учебные заведения, или университет прикладных наук и университет**

Обучение в университете прикладных наук ориентировано на трудовую деятельность и ее развитие.

Обучение в университете носит научно-исследовательский характер.

Из университета прикладных наук выпускаются например, инженеры, медсёстры или социологи.

Из университета выпускаются например, исследователи, учителя, врачи или юристы.

В высших учебных заведениях можно получить как степень бакалавра, так и степень магистра.

Степень бакалавра можно получить за три-четыре года, а затем степень магистра примерно за полтора-два года.

## **Открытый университет прикладных наук и открытый университет**

В открытом университете прикладных наук и открытом университете

Вы можете изучать отдельные курсы, включённые в дипломную программу, независимо от Вашего образования и возраста.

Почти все высшие учебные заведения организуют открытое обучение.

В открытом университете прикладных наук или университете вы можете изучать отдельный предмет (например, социальная сфера) или целую учебную программу (например, основное базовое образование) или индивидуальные учебные курсы (например, «Основы защиты детей»).

Учеба в открытых университетах прикладных наук и университетах чаще всего является платной.

## **Просветительская работа**

Вы также можете учиться в Финляндии, например в гражданских училищах, народных училищах или летнем университете. Обучение доступно для всех и обычно требует оплаты.

В учреждениях просветительской работы преподают, например, языки, физкультуру, обучают ремёслам.

**Какое образование у Вас уже имеется?  
Напишите здесь.**

---

---

---

---

---

---

---

**Что бы Вы хотели изучать дальше?  
Напишите здесь.**

---

---

---

---

---

---

---

**ВЫ МОЖЕТЕ ПОЗНАКОМИТЬСЯ С РАЗЛИЧНЫМИ  
ПРОФЕССИЯМИ И ВОЗМОЖНОСТЯМИ ОБРАЗОВАНИЯ  
В ИНТЕРНЕТЕ, НАПРИМЕР НА САЙТАХ**

→ [www.opintopolku.fi](http://www.opintopolku.fi)



→ [tyomarkkinatori.fi/  
ammattitieto](http://tyomarkkinatori.fi/ammattitieto)



→ [opinportaila.diak.fi/  
valitse-oma-polkusi-2](http://opinportaila.diak.fi/valitse-oma-polkusi-2)



Включите камеру телефона и наведите её на QR-код.  
Нажмите на открывшуюся ссылку, и Вы сразу перейдете на сайт.



# **ПОСТУПЛЕНИЕ НА ОБУЧЕНИЕ В ФИНЛЯНДИИ (ПОСТУПЛЕНИЕ В УЧЕБНОЕ ЗАВЕДЕНИЕ)**

Вы можете подать заявку на обучение через общенациональный набор, который проводится в учебные заведения второй ступени, а также в высшие учебные заведения.

Также в некоторых учебных заведениях действует непрерывный набор.

В рамках общенационального набора в учебные заведения второй ступени возможна подача заявок на базовое профессиональное образование и в лицей.

В рамках общенационального набора в высшие учебные заведения абитуриенты поступают в университеты прикладных наук и университеты.

В общенациональном наборе участвуют почти все учебные заведения Финляндии.

В Финляндии заявки на обучение подаются через портал «Opintopolku».

Общенациональный набор проводится два раза в год – осенью и весной.

Весной подаются заявки на обучение, которое начнётся со следующей осени и осенью подаются заявки на обучение с января.

Если Вы окончили общеобразовательную школу не в Финляндии,

Вы подаете заявку на образование второй ступени в формате отдельного рассмотрения на основе Вашего аттестата, полученного за границей.

Если у Вас уже есть профессия или высшее образование, полученные в другой стране Вы можете продолжить обучение в Финляндии.

Вы должны убедиться в том

что Вы имеете право подать заявку на обучение.

## **Общенациональный набор в учебные заведения второй ступени после основного общего образования**

В рамках общенационального набора учащихся в учебные заведения второй ступени, Вы можете подать заявку в средние профессиональные учебные заведения, в лицей и на подготовительное обучение для дипломных программ (TUVA).

Общенациональный набор в учебные заведения второй ступени организуется весной, а обучение начинается осенью.

Поступление в учебные заведения второй ступени предназначено для тех, кто окончил основную общеобразовательную школу, лицам, не имеющим профессионального образования, лицейского образования или высшего образования.

## Непрерывный набор

Вы также можете подать заявку в учреждение базового профессионального образования и в лицей через непрерывный набор.

Учебные заведения самостоятельно устанавливают сроки приёма документов и порядок поступления.

Дополнительную информацию Вы можете получить на сайте каждого учебного заведения или на портале «Opintopolku».

Если у Вас есть диплом о профессиональном или высшем образовании, полученном в Финляндии или за границей, если Вы работаете и хотите сменить профессию

Вы можете подать заявку на обучение во время непрерывного набора.

## Общенациональный набор в высшие учебные заведения

Во время общенационального набора в высшие учебные заведения абитуриенты поступают в университеты прикладных наук и университеты.

В рамках каждого набора нельзя подавать заявку на сразу все предлагаемые дипломные программы.

О периоде подачи заявок на интересующую Вас образовательную программу, Вы можете узнать на портале «Opintopolku».

На некоторые дипломные программы существует специализированный гибкий график подачи заявок вне периода общенационального набора. Подробнее об образовательных программах и сроках подачи заявок можно узнать на портале «Opintopolku», а также, на веб-страницах учебных заведений.

Узнайте заранее, включает ли процесс подачи заявки на выбранную Вами дипломную программу предварительные задания или вступительные экзамены. Отдельное приглашение на экзамены обычно не высылается.

При отборе студентов в вузы используется квота на первое поступление в вуз. Это означает, что определённое количество учебных мест зарезервировано для студентов, которые ещё не получали высшее образование в Финляндии или которые ранее не приняли предоставленное им место в высшем учебном заведении.

## Портал об образовании «Opintopolku»

«Opintopolku» — это веб-сайт, который регулируется национальным управлением образования Финляндии. Там Вы можете найти информацию об образовательных учреждениях Финляндии и образовательных программах.

На портале «Opintopolku» каждый может авторизоваться в личном кабинете «Oma opintopolku».

Для входа Вам понадобятся банковские коды, мобильный идентификатор или ID-карта с чипом.

В личном кабинете «Oma opintopolku» Вы можете подать заявку на обучение, посмотреть результаты отбора

и принять учебное место.

Кроме того, Вы можете просматривать свои академические зачёты.



Дополнительная информация на сайте: [www.opintopolku.fi](http://www.opintopolku.fi)

# Поступление в рамках общенационального набора через портал Opintopolku

Заполните анкету, желательно на компьютере.  
Войдите в свой личный кабинет «Oma opintopolku» используя банковские коды, мобильный идентификатор или, ID-карту с чипом.

Начните с выбора направлений обучения, на которые Вы хотите подать заявку.  
Расположите образовательные учреждения в таком порядке, чтобы приоритетный для Вас вариант, находился бы первым в списке.

Вас могут зачислить на обучение только в то учебное заведение, которое находится выше других в списке и, для которого ваших баллов достаточно.

Заявки на те направления обучения, которые располагаются ниже по списку, автоматически аннулируются.

Убедитесь, что Вы вправе подавать заявки в выбранные вами учебные заведения. Это означает, что у Вас имеется достаточный уровень образования и необходимые языковые навыки для поступления на то направление обучения, на которое Вы претендуете. Критерии отбора в различные учебные заведения вы можете проверить на портале «Opintopolku» в информации об образовании.

Поэтапно заполните анкету.  
У Вас должен быть адрес электронной почты, чтобы Вы могли заполнить анкету.

Проверьте данные в анкете и отправьте ее.  
Во время общенационального набора анкета на поступление может быть заполнена только один раз с использованием личного идентификационного номера и адреса электронной почты.  
В течение периода подачи заявок Вы можете вносить изменения, например, в порядок расположения направлений обучения в списке.  
Когда закончился срок подачи заявлений, Вы больше не сможете вносить какие-либо изменения.

Результаты общенационального набора можно увидеть в личном кабинете «Oma Opintopolku», согласно имеющемуся расписанию.  
Если Вы прошли отбор, Вы должны официально подтвердить место учебы через личный кабинет «Oma Opintopolku».  
Более подробную информацию о приеме и начале обучения Вы можете получить в том учебном заведении, отбор в которое Вы прошли.  
Внимательно изучите сообщения, которые приходят от учебного заведения и действуйте согласно содержащимся в них инструкциям.

## Требования к знанию языка

Для того, чтобы Вы могли учиться на финском, Вам необходимо определённое знание финского языка. Учебное заведение может проверить, достаточны ли Ваши языковые навыки, если Ваш родной язык не является финским. Разные учебные заведения предъявляют разные требования к демонстрации знаний финского языка. О требованиях к знанию языка, предъявляемых к интересующей Вас специализации, Вы можете узнать на портале «Opintopolku». Языковые навыки могут быть оценены, например, на этапе собеседования во время процесса поступления или на специальном языковом экзамене, который организывает учебное заведение. Вы также можете сдать общий языковой экзамен (YKI), чтобы подтвердить знание языка сертификатом, полученным после экзамена.

# РАЗЛИЧНЫЕ СПОСОБЫ ОБУЧЕНИЯ

Обучение сегодня — это гораздо больше, чем традиционное обучение в классе. Существуют варианты очного обучения в учебных заведениях, самостоятельного или дистанционного обучения, также онлайн-обучения или мультимодального обучения, которое представляет собой сочетание различных форм обучения.

Перед подачей заявления на обучение, узнайте о какой форме реализации обучения идет речь. Одно и то же обучение может быть предложено в различных формах. Подумайте, какое обучение Вам подходит и что является возможным для Вас.

## ПРИМЕРЫ РАЗЛИЧНЫХ ФОРМ ОБУЧЕНИЯ:

- **Очное обучение** – это обучение в учебных заведениях, когда учащиеся присутствуют на учебе, как правило, в течение дня. Такое обучение подходит тем, кто имеет возможность регулярно посещать занятия.
- **Дистанционное обучение** означает обучение, при котором учитель и ученики не находятся в одном и том же помещении. Для успешности дистанционного обучения Вам понадобится хороший интернет, компьютер и наушники. Обучение организуется удаленно, например, с помощью таких программ, как Teams, Zoom или Google Meet. Обычно требуется регулярное участие в обучении.
- **Самостоятельное обучение** означает, что частично или полностью отсутствует контактное обучение в очном или дистанционном варианте. Такое обучение не привязано ни ко времени, ни к месту, так как учащийся выполняет учебные задания самостоятельно. Можно учиться параллельно с работой, но тогда требуется самодисциплина и умение соблюдать расписание.
- **Мультимодальное обучение** означает, что обучение проходит частично как в очной, так и в дистанционной форме, и зачастую включает много индивидуальной работы.
- **Онлайн-обучение** — это обучение, осуществляющееся через Интернет, которое студент зачастую проходит самостоятельно, но оно также может иметь ограниченное по времени обучение. Онлайн-обучение обычно встроено в какую-либо учебную среду.
- Образовательный процесс обычно **включает обучение на рабочем месте или трудовую практику**. В этот период учащийся обучается под руководством наставника на рабочем месте. Продолжительность может варьироваться от нескольких недель до нескольких месяцев. За обучение или практику на рабочем месте студентам обычно не платят.

# Способы обучения

**Выбор подходящего для Вас формата обучения зависит от Вашей жизненной ситуации и Ваших сильных сторон как студента. Выберите из списка подходящие Вам способы обучения.**

- Я хочу учиться самостоятельно в своем собственном темпе.
- Я нуждаюсь в руководстве в процессе обучения.
- Я лучше всего учусь в группе.
- Я лучше всего учусь, делая что-то на практике.
- Я лучше всего учусь, читая теоретический материал.
- Я лучше всего учусь слушая.
- Я лучше всего учусь, наблюдая зрительно.
- Я хочу учиться дома.
- Обучение должно иметь гибкий график.
- Я хочу учиться в учебном заведении.

**Какой способ обучения лучше всего подходит для вашей жизни? Почему?**

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

# ЛЬГОТЫ И ПРИВИЛЕГИИ ДЛЯ СТУДЕНТОВ

Во время учёбы Вы имеете право на получение различных льгот. Льготами могут являться различные денежные пособия, а также скидки, которые Вы можете получить, являясь студентом. Льготы зависят от возраста, формы обучения и трудовой занятости. Дополнительную информацию о многих льготах можно получить на веб-сайте Управления социального обеспечения Kela ([kela.fi](http://kela.fi)).

## Студенческие билеты

Получив студенческий билет, Вы получаете доступ к скидкам, акциям и можете участвовать в студенческих мероприятиях. Студенческие билеты также дают право на студенческую скидку на проезд от автобусной компании Matkahuolto и железнодорожной компании VR.

Для подачи заявления на получение студенческого билета вам понадобится справка об обучении. Также возможно загрузить студенческий билет на телефон через различные приложения, например, Tuudo.

## Бесплатное питание и льгота на питание в высших учебных заведениях

Бесплатное питание доступно всем, кто получает основное общее образование и учится на подготовительном обучении для дипломных программ TUVA.

Также, обучаясь в лицее или получая среднее профессиональное образование, в учебном заведении Вам предоставляется бесплатное питание. Также правом на бесплатное питание обладают учащиеся базового образования, получающие пособие по безработице.

Если Вы учитесь в университете, питаться по льготным ценам можно в студенческих ресторанах. Льгота на питание предоставляется при предъявлении студенческого билета или справки об обучении.

## Пособие на проезд до учебного заведения

Учащиеся, получающие образование второй ступени, могут получить пособие на проезд к месту учебы, если дорога от дома до учебного заведения в одну сторону составляет не менее 7 километров.

## Пособие на обучение

Целью учебного пособия является обеспечение средств к существованию во время учебы. Наиболее важными формами поддержки обучения являются учебное пособие и государственная гарантия студенческого кредита.

Пособие на обучение — это финансовая помощь, которую Управление социального обеспечения KELA выплачивает студенту. Размер выплаты зависит от Вашей жизненной ситуации и доходов.

Студенческий кредит – это кредит, гарантированный государством, который нужно будет выплатить обратно.

В случае, если Kela утвердит Вам государственную гарантию по кредиту на обучение, Вы можете выбрать банк, в котором будете брать кредит.

## Пособие для взрослых учащихся

Пособие для взрослых поддерживает профессиональное развитие взрослых и обновление профессиональных навыков.

Если Ваш трудовой стаж составляет не менее 8 лет, Вы можете получить пособие для взрослых учащихся.

Учитывается опыт работы в Финляндии, другой стране ЕС, а также в стране Европейской экономической зоны или Швейцарии.

## Независимое обучение с получением пособия по безработице

Если Вы являетесь безработным,

у Вас есть возможность получать пособие по безработице во время обучения.

Одновременное получение пособия по безработице и пособия на обучение невозможно.

Всегда договаривайтесь об обучении с бюро занятости и экономического развития – Te-toimisto. Дополнительную информацию можно найти на веб-сайте бюро -TE.

## Суточные студента по трудовому договору и командировочные

Во время обучения на рабочем месте по учебному договору Вам будет выплачиваться заработная плата в соответствии с коллективным трудовым договором.

Если работодатель не выплачивает заработную плату в дни очного обучения и, в связи с этим, у Вас появляется недостаток дохода,

можно подать заявление на получение суточных от учебного заведения.

Вы можете подать заявление на компенсацию затрат на дорогу, если путь в одну сторону

от дома или работы до Вашего учебного заведения более 10 км (для лица, получающего обязательное образование, более 7 км).

В то время как Вы обучаетесь на рабочем месте по учебному договору,

Вы не имеете права на получение пособия на обучение от Kela.

## Здравоохранение учащегося

Услуги здравоохранения предоставляются

учащимся в учебных заведениях второй ступени и студентам ВУЗов.

Для лиц, не достигших 18 лет, медицинское обслуживание является бесплатным.

Для других учащихся государство старается сохранить услуги здравоохранения доступными по цене. Медицинские осмотры бесплатны для всех.



# ПОЛЕЗНО ЗНАТЬ

## Вид на жительство для студента

Вы можете получить вид на жительство для студента, если учеба ведет к получению профессии или учёной степени. Вы должны иметь место учебы в учебном заведении, например, в профессиональном училище или университете.

➔ Дополнительная информация на финском языке: [migri.fi/opiskelu-suomessa](https://migri.fi/opiskelu-suomessa)

## Признание образования

Если Вы получили образование за границей, Вам может понадобиться решение о его признании, чтобы Вы могли работать или учиться в Финляндии. В большинстве случаев работодатель, образовательное учреждение или высшее учебное заведение самостоятельно оценивает квалификацию и навыки, полученные вами за рубежом.

Если Вы хотите работать в регламентированной законодательством профессии или должности, Вам потребуется решение о признании образования, выданное Управлением по образованию или другим органом. К таким профессиям относятся, например, профессии врача, учителя и медсестры.

Если Вам необходимо предоставить иностранный диплом в финский орган, Вам следует поручить перевод авторизованному переводчику.

# УЧЕБНЫЕ НАВЫКИ

Во время учебы Вы получаете новые знания и навыки, которые Вам нужно будет уметь применить в будущем. Учеба требует от Вас активной работы.

## УЧЕБНЫЕ НАВЫКИ ЭТО



### СПОСОБНОСТЬ К ОБУЧЕНИЮ

- достаточные навыки чтения и письма на финском языке
- цифровая грамотность
- умение работать в группе



### ОЦЕНКА СОБСТВЕННЫХ УЧЕБНЫХ НАВЫКОВ

- способы обучения новому, которые вам подходят
- выявление собственных сильных сторон и потребностей в развитии



### УПРАВЛЕНИЕ УЧЕБНЫМ ПРОЦЕССОМ

- приверженность общему графику
- планирование собственной учебы и самостоятельной работы



### СОЗДАНИЕ И ПОДДЕРЖАНИЕ МОТИВАЦИИ

- интерес к изучаемому предмету
- желание достичь цели
- увлечённость и успех



### ЗАБОТА О СОБСТВЕННОМ БЛАГОПОЛУЧИИ

- баланс между учебой и свободным временем
- забота о своей способности справляться с учёбой

**Какие учебные навыки у Вас есть?  
Напишите здесь.**

---

---

**Какой учебный навык было бы полезно практиковать больше?  
Напишите здесь.**

---

---

# Определите свои сильные стороны.

**Сильные стороны – это то, что, по Вашему мнению, у Вас хорошо получается и что является частью Вас. Выберите из списка Ваши сильные стороны.**

Список сильных сторон:

- |   |   |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Я креативная – Я креативный.                             | <input type="checkbox"/> Я полна идей – Я полон идей.                       |
| <input type="checkbox"/> Я хорошо владею рукоделием.                              | <input type="checkbox"/> Я отзывчива – Я отзывчивый.                        |
| <input type="checkbox"/> Я хорошо считаю.   | <input type="checkbox"/> Я дружелюбна – Я дружелюбный.                      |
| <input type="checkbox"/> Я хорош(а) в организации.                                | <input type="checkbox"/> Я хороший слушатель.                               |
| <input type="checkbox"/> Я честная – Я честный.                                   | <input type="checkbox"/> Я отважна – Я отважен.                             |
| <input type="checkbox"/> Я старательная – Я старательный.                         | <input type="checkbox"/> Я полна энтузиазма – Я полон энтузиазма.           |
| <input type="checkbox"/> У меня есть чувство юмора.                               | <input type="checkbox"/> Я умею работать в команде.                         |
| <input type="checkbox"/> Я хочу узнавать новое.                                   | <input type="checkbox"/> Я спокойна – Я спокоен.                            |
| <input type="checkbox"/> Я внимательная, аккуратная – Я внимательный, аккуратный. | <input type="checkbox"/> Обладаю эмпатией.                                  |
| <input type="checkbox"/> Я справедливая – Я справедливый.                         | <input type="checkbox"/> Я изобретательна – Я изобретательный.              |
| <input type="checkbox"/> Я адаптивная – Я адаптивный.                             | <input type="checkbox"/> Я упорна – Я упорен.                               |
| <input type="checkbox"/> Я общительная – Я общительный.                           | <input type="checkbox"/> Я умею быть благодарной – Я умею быть благодарным. |
| <input type="checkbox"/> Я мотивированная – Я мотивирован.                        | <input type="checkbox"/> Я лидер.   |
| <input type="checkbox"/> Я ответственная – Я ответственный.                       | <input type="checkbox"/> Я организатор.                                     |
| <input type="checkbox"/> Я быстро учусь.  | <input type="checkbox"/> Я инициативна – Я инициативный.                    |
| <input type="checkbox"/> Я активная – Я активен.                                  | <input type="checkbox"/> Я позитивна – Я позитивен.                         |

**Как ваши собственные сильные стороны помогают вам в учебе?  
Напишите здесь.**

---

---

---

---

---

---

---

---

# Определите круг собственных интересов.

Выберите из списка интересующие Вас темы.

- Мне нравится работать с детьми.
- Мне нравится работать с молодежью.
- Мне нравится работать с пожилыми людьми.
- Мне нравится поддерживать чистоту.
- Я люблю готовить.
- Мне нравится уход за красотой.
- Мне нравится ремонтировать технику.
- Мне нравится фотографировать.
- Я люблю спорт.
- Мне нравится продавать различную продукцию.
- Мне нравится печь.
- Мне нравится заниматься дизайном интерьеров.
- Мне нравится шить.
- Я люблю путешествовать.
- Мне нравится заниматься дизайном интерьеров.
- Мне нравится работа с компьютером.
- Мне нравятся животные.
- Мне нравятся деревья и растения.
- Мне нравится водить машину.
- Мне нравится строить.

**Какая область обучения может Вас заинтересовать в зависимости от выбранных Вами ранее вариантов? Напишите здесь.**

---

---

---

---

---

---

---

---

# Учебная мотивация

Выберите из списка мотивирующие Вас вещи.

- Я могу лучше выучить финский язык.
- Мои навыки компьютерной грамотности повысятся.
- Я могу получить новую профессию.
- Я могу познакомиться с новыми людьми.
- Я могу узнать что-то новое.
- Я могу получить оплачиваемую работу.
- Я научусь самостоятельно управлять своими делами.
- Я научусь быть хорошим учеником.

Что мотивирует Вас учиться? Напишите здесь.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---