

Autonomiaa tukeva opettaminen

Kaikki näyttöön perustuvat edut

Opettajan hyödyt autonomiaa tukevasta opettamisesta				Oppilaan hyödyt autonomian tuen vastaanottamisesta						
Motivaatio		Taito	Tyytyväisyys ihmissuhteisiin	Psykologinen hyvinvointi	Motivaatio	Sitoutuminen	Kehitys	Oppiminen	Suorittuminen	Psykologinen hyvinvointi
Psykologiset perustarpeet (autonomia, pätevyys) Autonominen motivaatio opettamiseen Vähemmän kontrolloitua motivaatiota opettamiseen	Sisäinen tavoite kehittää opetustaitoja Intohimo opettamiseen	Opettämisen tehokkuus (instruktiostrategiat) Opettämisen tehokkuus (oppilaiden sitoutuminen) Oppilaiden arviointi opettajan asiantuntijuus	Parantunut tyytyväisyys ihmissuhteisiin	Työttyväisyys Työstä kasvanut elinvoimaisuus Vähentynyt emotionaalinen ja fyysinen uupumus opettamisesta	Sisäinen motivaatio Pätevyys Autonomia Yhteenkuuluvuus Tehäväsuuntautunut ilmasto & Koettu kontrolli (omista taidoista) Tiedonhalu Sisäistetty arvot	Sitoutuminen Myönteisemmät tunteet vähemmän kielteisiä tunteita Tunneille osallistuminen Sinnikkyys Koulussa pysyminen vs. Koulusta "putoaminen"	Itsetunto & itsearvostus Luovuus Mieltymys optimaaliseen haasteeseen Enemmän prososiaalista ja vähemmän antisosiaalista käytöstä	Käsitteellinen ymmärrys Syväymmärrys Aktiivinen informaation prosessointi Itsesäätelyn strategiat	Arvosanat Tehävässä suoriutuminen Standardoidut testipisteet	Psykologinen hyvinvointi Biologinen hyvinvointi (kortisoli) Koulu/elämä tyytyväisyys Elinvoima

Tue autonomian tunnetta



Autonomiaa tukevat ohjeet ja selitykset



Autonomiaa tukeva palaute ja kannustus



Häiriökäyttäytymisen ja motivaatiohaasteiden käsittely

--	--	--



Opi enemmän autonomiaa tukevaksi



Opi vähemmän kontrolloivaksi

Etsi tapoja auttaa oppilaita sitoutumaan ja motivoitumaan liikkumiseen sekä liikuntatunneilla että vapaa-ajalla