

Õppimise põhireeglid

Jänedal 15.-16.jaanuaril 2011.a.

Ene Lukka-Jegikjan

Ene-Mall Vernik-Tuubel

Alustame iseendast

- LOOMINE I osa
- Kes ma olen?
- Milliseid rolle ja staatuse kannan täna 15.01.11?

Õpetaja roll?

- **Oma oskuste ja teadmiste kaardistamine** ehk mida ma võiksin edasi **õpetada** teistele.

Rühmatöö:

- Kuidas kaardistatud teadmisi ja oskusi **paremini** edasi õpetada?
- Mida selleks vajame (vahendid, keskkond)?

Hea õpetaja

- Hea õpetaja on see, kellelt on midagi õppida.

Ivo Eesmaa

Õppimise põhireeglid

Õppimise mõiste

- Õppimine on inimese käitumise püsiv muutumine tegevuse, spetsiaalse treeningu, vaatluse või järelemõtlemise mõjul.
- Õppimine kui teadmiste, oskuste, vilumuste omandamine.
- Õppimine kui isiksuse areng

1.reegel: Soov õppida. Motiveeritus.

- Usu iseendasse: õppida pole kunagi hilja!
 - ✓ *Hoiakud. Õpitud abitus*
- Ole õppimiseks valmis!
 - ✓ *Mõttele, et suudad.*
 - ✓ *Oska luua õppimiseks vajalikku emotsionaalset seisundit ja seda hoida*
- Suuda pingutada ka rasketes olukordades.
 - ✓ *Soov ja tahe.*
 - ✓ *Harjumused*
- Oska puhata. Tunnusta iseennast

2.reegel: Tegevuse kavandamine.

- Kavanda oma tegevused, sh õppimine.
 - ✓ *Kasuta kalendrit.*
 - ✓ *Tee päevaplaan*
- Varu aega mõningase varuga, eriti pikemaajalisteks tegevusteks. Tee vahekokkuvõtteid
- Sea oma tegevused tähtsuse järjekorda.
- Korrasta aeg-ajalt oma õppematerjale.
- Enesedistsipliin, oskus kehtestada endale reegleid ja neist kinni pidada

3.reegel: Õpitava vastuvõtmine: õpi arukalt!

3.1. Eesmärgista õppimine: homseks õpid, homme tead

...

- ✓ *Õppija ise peaks endale selgeks tegema, mida just ta tahab ära õppida. Eesmärk annab õppimisele kindla suuna, tõstab õppimise produktiivsust*
- ✓ *Otstarbekas on kujutada ette olukordi, kus õpitavat vaja minna võiks*

3.2. Keskendu!

✓ *Kontsentreeruda, mitte laiali valguda.*

✓ *Mis takistab kontsentreerumist. Psühhohügieen*

- Välised asjaolud. Kahte asja üheaegselt ...
- Sisemised tegurid. Mõtted."Elu segab". Soovunelmad.
- Väsimus. Halb enesetunne. Valu.
- Vastumeelsus õpitava suhtes. Ebakindlus, kõhklemine.

✓ keskendumisprobleemid kui ajastu märk?????

Igaüks võib oma keskendumisvõimet tõsta

✓ *Kuidas tõsta keskendumisvõimet?*

- Vähenda takistavate tegurite mõju
- Õpi/harjuta võimalikult samades tingimustes
- Treening, eriharjutused
 - Mitmesugused mängud – mikaado.,.....
 - Täpsust nõudvad tegevused – korrektuuriharjutused
 - Autogeenne treening
 - Lugege tekst läbi. Pange raamat kinni. Kirjutage sisu üles. Võrrelge kirjutatud originaaliga
- **Vastuta oma õppimise eest ise!**

3.3. Korda tulemuslikult!

Kordamine on tarkuse ema *versus* kordamine on tarkuse võõrasema

- *Repetitio est mater studiorum* – viide igavikulisusele! Õppimine on peaaegu sama, mis kordamine: mida rohkem kordad, seda paremini õpid.
- On siiski ka õppimist kordamiseta

3.3.1. Korda mõõdukalt ja arukalt: mehaaniline ja mõtestatud omandamine

Mehaaniline – kordamisel toimub õpitava materjali tajumine, lugemine, kuulamine, ülesütlemine samal viisil, muutusteta.

- *Tuupimine*
- *Kordamispidurdus.*

- ***Mõtestatud*** – iga uus harjutamine toob juurde midagi uut, on eelmisest täpsem, täielikum, sügavam, kiirem.
 - Püüd saada õpitavast aru. Õppimise esimene nõue: kõigest tuleb aru saada!
 - Uuel kordamisel uus eesmärk. Kordamine täiustamispüüdega: luua seoseid omandatava materjali eri osade vahel.
 - Luua õpitava seoseid varasemate teadmistega. Süsteemsuse taotlus.

- Kas tuleb ära õppida ainult mõtte või ka sõnasõnaline vorm?
 - luuletus
 - definitsioonid, reeglid, põhivalemid
 - Süžee, faabula (ajaloo sündmustik, füüsilise nähtuse kirjeldus, geograafiline kaart)
- Kärpida tuleb kordamiste, eriti mehaaniliste kordamiste arvu, kuid korrata tuleb – mõõdukalt ja aukalt!

- **Mnemotehnilisi võtteid** (aitavad mõtteliselt materjali siduda – ka sellist, mis muidu pole seotud):
 - Korrasta materjal, Grupeeri! –Proovi omandatav materjal koondada ühikutesse, mis arvestavad nii tähelepanu kui mälu mahuga. See on ühtlasi ka seoste loomine (see ongi seoste loomine!) ja on põhiline mnemotehniline võte.

- Kasuta abimaterjale – näit pilte, vanasõnu, illustreeri, joonista karikatuure, ... Vahendatud omandamine: kasutatakse tugimaterjali.
- Loo kognitiivseid kaarte, mõttekaarte, assotsiatsioonijadasid...
- “eeslisild”.

3.3.2. Jaota kordamised/harjutamised pikemale ajale

- Vaheajad kordamiste vahel. Kui sageli? Kui pikad?
 - tuleb ise avastada
- Millega neid pause sisustada? -
- Reegel on kergesti mõistetav, kuid rakendamine nõuab inertsuse/laiskuse ületamist

3.3. 3. Anna aega juurdumiseks! Ära looda viimasele minutile!

- Õpitu tihenemine e. konsolidatsioon
- Tehke enne uue materjali juurde asumist väike tagasivaade õpitule ja puhkepaus
- Uni soodustab konsolidatsiooni
- Vahelduvus soodustab konsolidatsiooni. Ärge õppiga järjest sarnaseid asju.

3.3.4. Korda õigeaegselt ja õigeid asju!

- Unustamise kõver: unustamine on kõige kiirem vahetult pärast õppimist. “Lüpsiseadus”.
- “Härjasabaseadus” – teadmiste omandamise vaev on maha visatud, kui selles on nõrku kohti . Enim tähelepanu nõrkadele kohtadele!
- Rohkem aega olulisele! Igas materjalis on mõned asjad tähtsamad, mida ei tohi ununustada. Detailide ja oluliste asjade suhte d paika!

3.3.5. Uut õppida on kergem, kui vana ümber õppida.

Ümber õppimisel tuleb kõigepealt vanad seosed “tühistada” ja vigadest lahti saada, alles siis saab uusi seoseid looma hakata

4.reegel: Õpitu meenutamine ja kasutamine.

Võitlus unustamisega.

4.1. Võitlus unustamise vastu algab õppides.
Mis korralikult õpitud, sellel on lootust ka korralikult püsida. Kõik 3.reegli all öeldu on oluline ka unustamise kontekstis!

4.2 kannab hoolt uute seoste tekkimise (integratsiooni) eest: *Hoia kui venda, seo kui varast!*

- *Õpitu/kogemused/muljed juurduvad meie psüühikas. Paljuski toimub see iseseisvalt, meie teadvuse osavõtuta. Kuid sellest on vähe – vajalikke teadmisi tuleb sihipäraselt ja teadlikult siduda. Mida mitmekülgsemalt on üks fakt/teadmine teisega seotud, seda paremini leiame me ta vajadusel üles. **Meie mälu käepärasust toetavad isikupärased seosed!***

4.3. Rakenda oma teadmisi.

- Teada ja osata!
- Kujunda oskusi ja vilumusi. Vilumus pole algaja oskuse mitmekordistumine, vaid tegevuse sooritamine hoopis teisiti. Õppimine on ümberkujunemine, mille tulemusena tegevuse sooritamine, teadmiste kasutamine toimub mitte ainult kiiremini ja täpsemini, vaid ka teistmoodi – automatiseerunult. Meistri tegevust iseloomustab sooritamise kergus, ökonoomsususi!

- Omandatu teisenemine, “võltsimine”.
 - Mälulao muutusi suunab isiksuse üldine hoiak, maailmavaade. Isiksuse mõju omandamisele ja teadmistele
 - Materjal teiseneb lihtsustumise, isikupäraseks värvumise suunas
 - Mälu pole entsüklopeediline, vaid isikupärane. Meie mälu on valiv! Ühel jäävad meelde õnnestumised, teisel ebaõnnestumised. Üks on oma tegemistes orienteeritud edule, teine ebaedule...

Pärimuslikke tarkusteri

Töö

- Kuidas toit, nõnda töö; kuidas töö, nõnda palk.
Hls

Õppimine ja õpetamine

- Tark teab, mis ta räägib, rumal räägib, mis ta teab.
- **Rahvajutud:** Kolm elutarkust; juhtumid elust
- **Laulumängud:** Talurahvamäng

5.reegel: Enesetunnetus ja eneseteadvus. Teadlikkus õppimisest ja iseendast

5.1.Tunne ennast kui õppijat!

- Oska iseloomustada ennast kui õppijat
- Oska esitada endale õpitu kohta küsimusi
- Oska märgata oma töös vigu. Oska kontrollida ja adekvaatselt hinnata oma tegevuse tulemuslikkust

5.2. Väldi soss-sepaks olemist

Soss-sepp lootis ameti selgeks saada pealtvaatamisega. Kardavad/väldivad pingutusi. Keegi teine peab nende edu jaoks midagi tegema (teistele lootmine, teistelt nõudmine). Otsivad abi enne, kui ise õigesti proovinudki on

5.3. Hoia ennast õppimiseks vormis!

- ✓ Maailmas on ainult üks inimene , kes suudab Sulle Sinu elus vajalikud asjad selgeks õpetada – Sina ise! Sa vastutad ise oma õppimise eest! Motivatsioon – vt 1.reegel
- ✓ Kodutöö: Mina õppijana. Eneseanalüüsi leht.

Mina õppijana. Eneseanalüüsi leht

Kas õpetajad saavad asjatult palka?

Õpetaja osa teadmiste ja oskuste omandamisel

- Teadmisi omandada ja oskusi kujundada võib üksigi, aga õpetajaga koos on see kiirem.
- Õpetaja teab, kus võivad tekkida raskused
- Õpetajal on võimalus anda õpilase tööle objektiivne hinnang
 - Tulemuse teadmine on tähtis! See on ratsionaalse õppimise väga oluline komponent. See viib tasakaalu õppimise eesmärgi ja tulemuse, toimides selliselt iseregulatsiooni soodustavalt

Õppimine, vead ja õpetaja

- Vigu on peetud õppimise suureks nuhtluseks. Aga eksides saame teada, mis pole otstarbekas, see on tähtis teadmine, vigu tuleb teadvustada - st vigu tehes õpitakse.
- Loovuse psühholoogias ei kasutata vea mõistet – on otsing, kus mõned sammud viimad tulemusele lähemale, mõned eemale.
- Vältida tuleks vigade hirmu – ja siin on õpetajal kindel roll.

Õppida on mõistlik laiemalt, kui hädapärast vaja

- Õpilase enda roll siin: loe rohkem, kui (kellegi teise) koostatud konspekti
- Õpetaja: teab soovitada kirjandust, mis võiks õpilast aine paremal omandamisel toetada

Iseseisvus õppijana ja õpetaja osa selle kujunemisel.

Õpetaja iseseisva töö andjana. Iseseisva töö tasemed:

- Iseseisev töö vahetul juhendamisel –näit. tunnis
 - Iseseisev töö kaudsel juhendamisel (näit. kodutööna)
 - Iseseisev töö probleemile lahenduse otsimisena.
- Õpetaja suunab õppija iseseisvust eelkõige iseseisvateks töödeks mõeldud ülesannete kaudu.
 - Autonoomne õppija

Loeng. Rühmatöö. Praktiline töö

- Miks võiks internetiajastul vaja olla loengut?
- Rühmatöö. -kas õppida üksi või teistega koos?
 - Üksi, omaette õppimine sunnib rakendama oma jõudu, arendab iseseisvust. Teistega õppimine õhutab, abistab, korrigeerib.
- Praktiline töö – üks asi on retsepte teada, hoopis teine asi - nende järgi koogid küpsetada.

Õpetaja ja õpilase suhete areng õppeprotsessis

- Mõlemad on õppijad. Mõlemad pingutavad ühise eesmärgi poole.
- Mõlemil on õigus oodata teiselt enese suhtes lugupidavat suhtumist
- Õpetaja ja õpilase suhe on alatises arenemises – soovitatavalt ja enamasti süvenemise, suurema lugupidamise suunas
- Koostöö saab edukas olla tagasiside korral.

Kirjandust

- 1. Üldoskused. Õpilase areng ja selle soodustamine koolis. TÜ, 2005*
- 2. E.Koemets, Kuidas õppida. Tallinn, 1972.*
- 3.G.Burnett, Õpime õppima. Kirjastus Stuudium, 2005.*

Mis seisus me oleme?

- Küsimustelehtedele vastuste kogumine

TAGASISIDE

Ühine jutt:

- *Elas kord üks mesinik, kes otsustas kooli minna...*

LÕPULAUL

- LOOMINE II osa