



## Tööleht: ÕPIOSKUSED

Hea õpioskus tähendab, et oskad oma õppimist ise juhtida: seada õpieesmärke, kavandada õppimist, valida õppimiseks sobivaim meetod, analüüsida oma õpitulemusi ning vajadusel oma tegevust muuta. Head õpioskused aitavad saavutada soovitud õpitulemusi, ennetada õpiraskusi ja lahendada õppimisega seotud probleeme.

**Märgi tabelis ära väited, millega oled nõus. Tee ristike väite järel vastava numbriga tähistatud veergu.**

Väide	1	2	3	4	5
Õppides suudan tänava müra tähelepanuta jätta. (4)					
Ma saan oma kirjutatud konspektist aru. (5)					
Õppima asudes olen innustunud ja rahulik. (4)					
Ma õpin nii, et teler ja muusika on välja lülitatud. (1)					
Minu kirjutatud konspektis on kõige olulisemad faktid ja seosed välja toodud. (5)					
Lugemisega peatüki lõppu jõudes, ma mäletan, mis oli alguses. (4)					
Ma näen ja mõistan tihti seoseid õpitu ja reaalse elu vahel. (5)					
Mul on homseks enda õpitegevuste plaan ja tean, mida homme õpin. (1)					
Mul on enda õpitegevuste plaan järgmiseks kuuks. (1)					
Ma tean, mida ma teen homme kell 8 ja ülehommel kell 16. (2)					
Järgmise eksami jaoks on mul õppimine teatud päevade peale ära jaotatud. (2)					
Ma pean kalendrit, kuhu märgin vajalikud tegevused. (2)					
Kiired ja olulised tegevused teen esimestena. (2)					
Võtan aega, et süveneda õpitavasse. (2)					
Minu jaoks on õppimine huvitav ja innustav. (1)					
Probleemide lahendamisel säilitan rahu, rakendan kannatlikkust, tasakaalukust ja loovust. (4)					
Kui ma ei saa aru, siis küsin õpetajalt täiendavat selgitust. (3)					
Ma tean, mida soovin erialaselt saavutada. (1)					
Mul on enda jaoks minu õppe- ja karjääriplaan (3)-5 aastaks ning sõnastatud eesmärgid. (1)					
Teen otsuseid lähtuvalt enda vajadustest ja prioriteetidest. (1)					

Järgmiseks nädalaks on mul õpitegevused kavandatud. (2)					
Tean, milliseid on minu järgmise nädala kõige tähtsamad õpitegevused. (1)					
Küsimuste küsimine aitab mul õpitavat paremini mõista. (3)					
Endalt õpitu üle küsimine aitab mul paremini meelde jätta. (3)					
Kui mind miski väga huvitab, siis leian inimese, kellelt seda küsida. (3)					
Kui mul tekib küsimusi, siis leian neile vastuseid ka internetist. (3)					
Saadud infot analüüsin ja hindan selle aja- ja asjakohasust. (3)					
Mulle jääb info paremini meelde, kui märkan seost enda elu ja huvidega. (5)					
Ma tegin eile neid õpitegevusi, mida olin plaaninud teha. (4)					
Usun et küsimuste küsimine tähendab sügavamalt mõtlemist ja seda tehes õpin rohkem. (3)					
Märkan, mis mul läheb hästi. Kiidan ennast täna õhtul tänase edu eest. (4)					
Õppides midagi uut meenutan, kas olen sellest varem juba midagi kuulnud. (5)					
Märkan õppematerjalides ja infos seoseid ja tervikut. (5)					
Õppimisel jaotan tihti õpitava osadeks, analüüsin, üldistan ja loon seoseid. (5)					
Olen tähelepanelik kuulaja. (4)					
Mulle meeldib lugeda ja suudan lugeda mitu tundi järjest. (4)					
Iga päev liigun või võimlen, et suurendada enda energiat. (2)					
Peale pingutamist puhkan. (2)					
Sõnastan enda küsimused täpselt ja arusaadavalt. (3)					
Võtan aega, et mõtiskleda saadud info ja teadmiste üle. (5)					
<b>KOKKU:</b>					

### Milline neist oskustest sai punkte alla 8?

1. Eesmärgistamise oskus
2. Ajajuhtimise oskus
3. Küsimuste küsimise oskus
4. Enesejuhtimise oskus
5. Tervikmustrite märkamise oskus

Loetelus olid oskused, mida edukad õppijad kasutavad sagedasti ja mitteedukad väga harva. Õpioskused on omandatavad. Nende kasutuselevõtt aitab tõsta enda õpiedukust ja -motivatsiooni.

[LOE LISAKS](#)

**Kuidas saaksid Sina neid õppimise jaoks vajalikke oskusi endas veelgi arendada ja rohkem kasutada?**

## **ÕPIOSKUSTEST LÄHEMALT:**

**Eesmärgistamise oskus** - otsustamine, kuhu tahetakse jõuda või mida teostada.

**Ajajuhtimise oskus** - prioriteetide, sammude ja tegevuste kindlaksmääramine ja ajastamine.

**Küsimuste küsimise oskus** - Küsimuste küsimine, aga ka oletamine ja ennustamine aitavad õpitavat paremini mõista ja meelde jätta. Küsimuste küsimine on oluline ka selleks, et uurida vahe-eesmärke ja seda, kuidas nendeni jõuda. Olles uudishimulik ja määrates ise, mida ma teada tahan, ja seda ka küsin, on vastus tõenäoliselt paremini meelde jääv.

**Enesejuhtimise oskus** - See on oskus oma tundeid, mõtteid ja tegevusi vaadelda, analüüsida, korrigeerida. Kas ma teen seda, mida kavatsesin teha? Kuidas mul läheb? Mis on läinud hästi? Mis oleks võinud olla teisiti?

**Tervikmustrite märkamise oskus** - See on seoste, kujundite ja tervikute märkamine materjalis, infos ja oskustes, mida kasutatakse. Mida see mulle meenutab? Kuidas on see omavahel seotud?