**Enesehindamise küsimustik õpioskuste kohta**

Hetkel ei ole võimalust seda elektroonselt täita. Kuid välja printides või küsimuste valikvastuste numbrid välja kirjutades, saab nende alusel allpoololeva teise tabeli abil oma õpioskused ära hinnata.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Käitumise kirjeldus | **Täiesti vale** | **Osaliselt vale** | **Neutraalne** | **Osaliselt tõene** | **Täiesti tõene** |
| 1. Kui mul on õppimisega probleeme, mõtlen, et ma ei ole piisavalt tark (nutikas) | 5  ☐ | 4  ☐ | 3  ☐ | 2  ☐ | 1  ☐ |
| 1. Sageli ma arutlen endamisi, mis aitab või mis takistab minu õppimist | 1  ☐ | 2  ☐ | 3  ☐ | 4  ☐ | 5  ☐ |
| 1. Kui alustan millegi õppimist, sean (panen) ise endale eesmärgid | 1  ☐ | 2  ☐ | 3  ☐ | 4  ☐ | 5  ☐ |
| 1. Kui mul on vaja uut infot, siis ma tean kuidas leida usaldusväärne allikas | 1  ☐ | 2  ☐ | 3  ☐ | 4  ☐ | 5  ☐ |
| 1. Arvan, et õppimine rühmas (gruppides) on tulemuslikum kui üksi õppimine | 1  ☐ | 2  ☐ | 3  ☐ | 4  ☐ | 5  ☐ |
| 1. Ma saan aru, miks ma midagi õpin ( mis on minu eesmärgid elus) | 1  ☐ | 2  ☐ | 3  ☐ | 4  ☐ | 5  ☐ |
| 1. Kui mul on õppimisega probleeme, püüan mõista ( aru saada), mis on selle põhjus | 1  ☐ | 2  ☐ | 3  ☐ | 4  ☐ | 5  ☐ |
| 1. Mul ei ole kunagi õppimiseks aega. | 5  ☐ | 4  ☐ | 3  ☐ | 2  ☐ | 1  ☐ |
| 1. Kui ma millestki aru ei saa, siis ma jätan selle vahele. | 5  ☐ | 4  ☐ | 3  ☐ | 2  ☐ | 1  ☐ |
| 1. Ma suudan oma arvamuse õpperühmale välja öelda? | 1  ☐ | 2  ☐ | 3  ☐ | 4  ☐ | 5  ☐ |
| 1. Kui mul on raske alustada millegi õppimist, siis ma püüan endale selgeks teha, mida ma saavutada tahan | 1  ☐ | 2  ☐ | 3  ☐ | 4  ☐ | 5  ☐ |
| 1. Ma tean kuida õppida kõige efektiivsemal viisil [[1]](#footnote-1) | 1  ☐ | 2  ☐ | 3  ☐ | 4  ☐ | 5  ☐ |
| 1. Kohe kui ma alustan õppimisega, hakkavad mind segama mitmed asjad (telefonikõned, e-kirjad, pereliikmed, kohvijoomine jne) | 5  ☐ | 4  ☐ | 3  ☐ | 2  ☐ | 1  ☐ |
| 1. Ma kulutan palju aega, et leida üles see info või materjal, mis mul kusagil juba olemas on. | 5  ☐ | 4  ☐ | 3  ☐ | 2  ☐ | 1  ☐ |
| 1. Kui ma näen, et kellelgi on õppimisega probleeme, pakun oma abi | 1  ☐ | 2  ☐ | 3  ☐ | 4  ☐ | 5  ☐ |
| 1. Kui ma õpin midagi, siis ma püüan ettekujutada kuidas ma saan seda elus reaalselt kasutada. | 1  ☐ | 2  ☐ | 3  ☐ | 4  ☐ | 5  ☐ |
| 1. Kui mul on õppimisega probleeme, siis ma püüan leida erinevaid õppimise viise (võtteid) | 1  ☐ | 2  ☐ | 3  ☐ | 4  ☐ | 5  ☐ |
| 1. Ma teen endale ajakava oma päeva ja õppimise planeerimiseks | 1  ☐ | 2  ☐ | 3  ☐ | 4  ☐ | 5  ☐ |
| 1. Ma räägin alati oma sõpradele ja pereliikmetele sellest, mida (uut) olen õppinud | 1  ☐ | 2  ☐ | 3  ☐ | 4  ☐ | 5  ☐ |
| 1. Kui mul on õppimisega probleeme, küsin abi kaasõppijatelt | 1  ☐ | 2  ☐ | 3  ☐ | 4  ☐ | 5  ☐ |
| 1. Kui ma saavutan endale seatud eesmärgi või sihi, siis ma premeerin end millegi heaga | 1  ☐ | 2  ☐ | 3  ☐ | 4  ☐ | 5  ☐ |
| 1. Ma tean kuidas täiendada oma õppimise viise tuginedes eelnevale õppimiskogemusele | 1  ☐ | 2  ☐ | 3  ☐ | 4  ☐ | 5  ☐ |
| 1. Õppimist puudutavate asjade kohta (õppimise kohta ) ma ei ütle kunagi, et teen seda hiljem | 1  ☐ | 2  ☐ | 3  ☐ | 4  ☐ | 5  ☐ |
| 1. Kui olen saanud info erinevatest allikatest, siis tean, kuidas leida selle hulgast kõige olulisem | 1  ☐ | 2  ☐ | 3  ☐ | 4  ☐ | 5  ☐ |
| 1. Ma leian alati kellegi, kellega saan koos õppida. | 1  ☐ | 2  ☐ | 3  ☐ | 4  ☐ | 5  ☐ |

**Tulemused:**

Küsimustele antud vastuste alusel saab hinnata, millised on teie kui õppija õpioskused. Vastused jaotatakse viide kategooriasse:

Motivatsioon ja enesehinnang

Õppimise peegeldus

Aja juhtimine

Teabe (informatsiooni) korrastamine

Rühmaõpe

Kanna allolevasse tabelisse oma valikvastused. Iga küsimuse numbri kõrvale märgi oma valikvastuse number (NB! Küsimustele antud valikvastused ei ole alati järjestuses 1-st 5-ni ; osade küsimuste vastused on 5-st 1-ni). Kanna tulemused tabelisse ja arvesta välja punktide summa ning keskmine igas kategoorias:

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Motivatsioon ja enesehinnang | | Õppimise tagasipeegeldus | | Aja juhtimine | | Teabe (informatsiooni) korrastamine | | Rühmaõpe | |
| 1 |  | 2 |  | 3 |  | 4 |  | 5 |  |
| 6 |  | 7 |  | 8 |  | 9 |  | 10 |  |
| 11 |  | 12 |  | 13 |  | 14 |  | 15 |  |
| 16 |  | 17 |  | 18 |  | 19 |  | 20 |  |
| 21 |  | 22 |  | 23 |  | 24 |  | 25 |  |
| Summa 1 | | Summa 2 | | Summa 3 | | Summa 4 | | Summa 5 | |
| Keskmine=  Summa 1/5 | | Keskmine=  Summa 2/5 | | Keskmine=  Summa3/5 | | Keskmine=  Summa 4/5 | | Keskmine=  Summa 5/5 | |

Õppija õpioskuste üldhinnang: Sum1+ Sum2+ Sum3+ Sum4+ Sum5/25 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Õppimisvõime tasemed

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| madal | keskmisest madalam | keskmisest kõrgem | kõrge |
| 1 1,5 2 | 2,1 2,5 3 | 3,1 3,5 4 | 4,1 4,5 5 |

Nüüd vaadake üle, millised vastused küsimustele andsite. Teie tugevad küljed on need, kus valisite vastuseks on 4 või 5. Siiski on olulisem vaadata neid küsimusi, mille väärtus on 1-3. Nendele küsimustele tuleb pöörata edaspidises töös rohkem tähelepanu. On oluline teada, milliste küsimuste vastused andsid "nõrga tulemuse”, sest need näitavad ära täpsed kohad, kust alustada enda muutmist.

1. Õppimine efektiivsel viisil tähendab sobivaima õpistiili kasutamist

   ***Õpistiil****on õppija poolt eelistatud viis informatsiooni vastu võtta, töödelda, mõista ja selle üle mõelda. Õpistiile liigitakse : Visuaalne, auditiivne, lugemise/ kirjutamise, kinesteetiline*

   **Visuaalne** õppija eelistab õppida nägemise kaudu ja ette kujutada;( lihtsam õppida teoreeme, mille juures on joonis).

   **Auditiivne** õppija eelistab õppida kuulmise kaudu (loengud, arutelud, lindid).

   **Lugemise/kirjutamise** kaudu õppija eelistab tekste lugedes teha märkmeid.

   **Kinesteetiline õppija** eelistab õppida läbi kogemuse – liikumise, puudutamise ja tegemise ( maailma avastamine, teadusprojektid, eksperimendid jne). [↑](#footnote-ref-1)