

# Pomodoro, zombid, kaheksajalg, tulnukad ja teised – mis on neil pistmist õppimisega?

**SELLEST RAAMATUST SAAVAD OSA MITTE AINULT ÕPETAJAD, LAPSEVANEMAD VÕI KOOLITAJAD, VAID ÕPPIJAD ISE. NEILE ON AUTORITEL LIHTNE SÕNUM: KÕIK ON VÕIMALIK, KÕIKIDEST VÕIVAD SAADA HEAD ÕPPIJAD. TULEB LIHTSALT TAHTA JA OSATA.**

**PIRET KÄRTNER**

õpetaja, õppejõud, vanaema

Õppijad, lapsevanemad, õpetajad ja üldsus tunnevad muret, et distantsõpe tekitab hariduslünki, mis maksavad praegustele õppijatele tulevikus kurjalt kätte. Suurim kartus on, et õppijad ei saa iseseisvalt hakkama. Nad on tihtipeale omapead, sest vanemad rööprähklevad kodukontoris, jagades end kodu ja töö vahel.

Õppijad peavad distantsõppel olema iseseisvamad, planeerima paremini oma aega, süvenema ka siis, kui ümberingi keeb kodune elu ja helendavad ekraanid ning õpikutekstid ja kooliülesanded tunduvad üle mõistuse keerulised. Seetõttu on distantsõpe õppima õppimise teema taas kord esiplaanile seadnud.

Studiumi kirjastus on andnud välja Barbara Oakley, Terrence Sejnowski ja Alistair McConville'i raamatu „Kuidas õppida õppima“. See trükisoe teos on õigeaegne ja hädavajalik täiendus nii õpetajate, lapsevanemate kui ka õppijate laual.

**ABIKS LOOD ELUST JA INIMESTEST**

Raamatul on kolm autorit: Barbara Oakley, PhD, on üle ilma tuntud õppimise ja õpetamise valdkonna koolitaja. Mitmete raamatute autor Terrence Sejnowski, PhD, on neuroteaduste professor. Alistair McConville on Etoni kolledži õppejõu innovatsioonijuht. Nende kolme autori koostöös sündinud raamatu muudab eriliseks vähemalt kaks asja. Esiteks on raamat teaduspõhine ja selles antud soovitused põhinevad tõendusmaterjalidel, mis on kogutud aju-uuringute käigus. Teiseks on see raamat kirjutatud õppijale.

Enamasti annavad õpioskustele keskendunud raamatud soovitusi õpetajatele, kuidas õpioskusi arendada, ent see raamat õpetab õppijaid ennast, kuidas oma aju lukust lahti keerata, õppimist

tõhustada, sellest rohkem rõõmu ja rahulolu tunda, oma mälu treenida ja eksempe edukalt sooritada.

Raamat on mahukas, ent huvitav ja lihtne lugeda, sest on lihtsas keeles, kasutatud mõisteid seletatakse (tihti huumorikas võtmes) ning peatükkide kokkuvõtted, küsimused ja ülesanded („Proovi järele“, „Tee paus ja meenuta, kas said kõigest aru“) aitavad loetut kinnistada. Lisaks soovivad autorid seda lugedes teha märkmeid ning vastata küsimustele, sest nii on lugemisest rohkem kasu.

Samuti annavad autorid juhtnööre, kuidas kasutada raamatut tunnis või kodus. Olen ise suur lugude austaja ja seetõttu meeldisid mulle lood elust ja inimestest, mille abil autorid inspireerivad lugejaid ning illustreerivad oma mõttekäike.

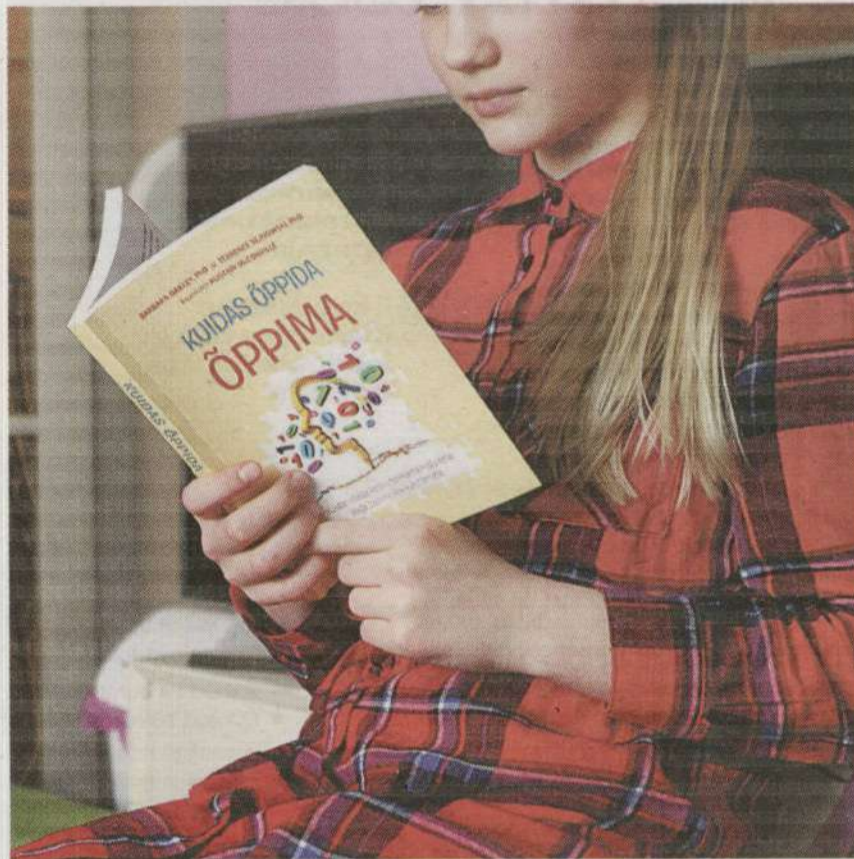
Lugemist hõlbustab seegi, et autorid seletavad keerulist ajuteadust, kasutades mitmesuguseid tegelasi nagu head ja halvad zombid, kaheksajalad, tulnukad ja hiired jt ning kõnekujundeid ja lugusid. Nemad on suureks abiks õppijatele, kelle õppimist toetavad pildid, metafoorid, võrdlused ja lood.

**KOHATI ON ÜLLATAVAID MÕTTEKÄIKE**

Raamat julgustab õppijaid, kel pole seni õppimises just kõik edukalt läinud. Barbara Oakley kirjeldab enda näitel, kuidas inimesest, kes ei sallinud matemaatikat, sai insener, ning kinnitab, et edu on võimalik saavutada ka selles vallas, mis tundub väga raske. Kohati on isegi

**SEE RAAMAT JULGUSTAB ÕPPIJAI, KEL POLE SENI ÕPPIMISES JUST KÕIK EDUKALT LÄINUD.**

**PRAKTILISED NÄPUNÄITED AITAVAD ÕPPIJAL KESKENDUDA JA PÄRAST SEDA LÕÖGASTUDA.**



See raamat ei räägi ainult õppimisest, vaid aitab ka sihte seada ja unistusi ellu viia.

FOTO: HEIKI RAUDLA

üllatavaid mõttekäike, nt selgitavad autorid, miks aktiivsus- ja tähelepanuhäirega õppijad on loovad, mis kasu toovad halb mälu ja aeglane mõtlemine või kuidas magamine või arvutimängud tõhusamalt õppida aitavad.

Lugeja saab teada, et aju töötab kahes (fookustatud ja hajevil) režiimis ning õppimiseks on mõlemad vajalikud. Õppimine peab vahelduma lõõgastusega ja mõnikord tulevad just lõõgastunud olekus meie juurde õiged lahendused ja vastused meid painanud küsimustele.

Praktilised näpunäited (nt Pomodoro tehnika, aktiivne meenutamine, kõnekujundite kasutamine, hajutatud kordamine, seostamine, mõttekettide koostamine jne) aitavad õppijal keskenduda ja pärast seda lõõgastuda. Need on täpselt need oskused, mida õppijatel distantsõppel vaja läheb (muide, hakkasin ka ise selle raamatu lugemise järel kasutama munakella ja arvtis töötamise aja sisse pikkima puhkepause, et vahepeal tõusta ja ajul puhata lasta).

Õppimise tõhustamisel on oma osa aju- ja mälu treeningul ning raamat jagab väärt näpunäiteid, kuidas toita aju ning treenida töömälu ja pikaajalist mälu.

**SEE ÕPETAB ÕPILASI ÕPPIMA**

Üks peatükk raamatust keskendub õppimise keskkonnale. Ka see peatükk tuleb väga põhjalikult läbi töötada distantsõppe olukorras, sest kui tavaliselt õpitakse enamasti koolis ja klassis,

siis distantsõppel tuleb õppijatel tihti endal otsustada, kus ja millal õppida, kas kuulata taustaks muusikat, missuguseid tajusid õppimisel kasutada, kui palju ja millal magada ning missuguses järjekorras ülesandeid teha.

Väärt nõuanne on seegi, et asjade edasilükkamine tekitab reaalselt valu ning selleks, et saada heaks õppijaks, tuleb lihtsalt asjadega pihta hakata.

Intrigeeriv on peatükk „Kuidas hästi sooritada teste“, sest selles väidetakse muuhulgas, et testi tegemise jooksul õpitakse rohkem kui testiks valmisolek, sest testi tehes pingutatakse palju rohkem kui õppides. Lisaks muidugi praktilised näpunäited testide ja eksamite edukaks sooritamiseks.

Raamat ei ole ainult õppimisest, see räägib ka sellest, et kui inimene oskab õppida, toita oma keha ja meeli, siis vabaneb tema jaoks aega tegeleda oma huvialadega, seada sihte ning saavutada soovitu ka väljaspool kooli. Enamgi veel: mida rohkem eriilmelisi huvisid inimesel on, seda tõenäolisem on, et ta leiab mõttekaaslast, kellega koos midagi ägedat teha. Tihti aitavad huvialad õppida, mõnikord päris ootamatul moel.

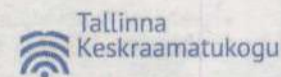
Kellel tõhusa õppimise teema vastu suurem huvi, see leiab raamatu lõpust lugemissoovitusi nii paberil kui ka veebis, nii lastele kui ka täiskasvanutele.

Enam kui 15 aastat tagasi sattus minu lugemislauale Garry Burnetti raamat „Õpime õppima“, mis pani mind õpetaja ja koolitajana õppima õppimise temaatika üle mõtlema ja sellega tegelema. Olin õpetajana juba palju varem mõistnud, et õppijate teadmised ei parane ja oskused ei arene, sest nad lihtsalt ei oska õppida. Tookord loetud raamatust ammutatud teadmised, inspireerivad lood, küsimused ja ülesanded andsid ainek mõtlemiseks ja arutlemiseks ning leidsid kasutust paljudel koolitustel.

Nüüd on mul käeulatuses „Kuidas õppida õppima“, mis veenab mind taas kord, et igal inimesel on võimalik end targaks mõelda.

Mul on tuline kahju, et seda raamatut polnud siis, kui mina olin õpilane ja üliõpilane. Küllap oleksin praegu parem sõber keemia või füüsikaga. Hea on aga see, et vähemalt minu lastelastele on antud tööriist, mis aitab neil tõhustada oma õppimist!

**TALLINNA KESKRAAMATUKOGU SOOVITAB: Mine metsa! Loeme loodusest**



**Friederun Reichenstetter, Hans-Günther Döring**  
„Küsid targemaks. Rebane ja teised loomad“ (2021)

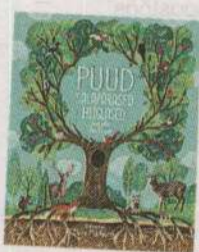


„Küsid targemaks“ on tore viktoriiniraamatute sari pisematele loodusehuvilistele. „Rebane ja teised loomad“ on juba neljas, mis sellest sarjast eesti keelde tõlgitud. Lehekülje ühel poolel leiab küsimused metsa-loomade ja -lindude kohta, vastused aga pöörduvad. Küsimusi on nii keerulisemaid kui lihtsamaid. Mõned vastusevariandid on naljakadki, nii on raamatuke ühtaegu lõbus ja hariv. Lugeda saab üksi või mitmekesi.

Kõik sarja raamatud on mugavas spiraalköites ja taskuformaadis, võimaldades viktoriini viia läbi ükskõik kus – kodus, koolis, lasteaias või metsas.

JANA ORION  
Kadrioru raamatukogu raamatukoguhoidja

**Jen Green**  
„Puud: salapärased hiiglased“ (2020)



Raamatu tagakaanel lubatakse, et puude elu on palju põnevam, kui pealtnäha paistab. Nii ka see ilus ja suureformaadiline raamat ise, mis Claire McElfattricki illustatsioonidega pakub sirvideski ainulaadse elamuse.

Aga lisaks imelistele piltidele saame palju teada. Mis on puud? Millest nad elavad? Kuidas nad üksteist toetavad? Millised on maailma kõige vanemad, jämedamad, kõrgemad ja raskemad puud? Ja kuidas nad ennast kaitsevad? Näiteks, mida teeb akaatsia, kui tunneb kaelkirjakut lähenevas? Või kuidas emapuu oma lapsi kasvatab? Ja kuidas puu appi hüüab, kui tal janu on?

**Stefan Casta, Bo Mossberg**  
„Sofi loodusraamat“ (2017)



Tule koos sipelgas Sofiga loodusretkele! Koos õpime tundma nii lilli, puud, marju kui seeni. Saame teada näiteks seda, et sinililled võivad elada kuni 700-aastaseks, et kuusk lausa armastab talvekülma, et laukapuu viljad maitsevad nagu põhjamaised viinamarjad ja et ere pilvik lõhnab keedetud homaaride järele. Just nii kirju on sipelgas Sofi maailm ja tema vahva retk viib meid tutvuma veel kümnete teiste põnevate metsalilled, -puude, -marjade ja -seentega.

**Peeter Ernits**  
„Jäljeaabits“ (2013)



„Jäljeaabits“ on asendamatu abimees igale väikesele ja suurele loodusuurijale. Raamat õpetab meid detektiivki kombel lisaks käpa- ja sõrajälgedele ka teisi vähem silmatorkavaid jälgi märkama. Nii võib loomade ja lindude käike kindlaks teha nende radade, pesade ja urgude, kõikvõimalike söömajälgedele, väljaheidete ja räppetompude ning mudavannide ja sügamispuude järgi. See, kellel raamat metsas kaasas, võib uhkusega vahet teha orava ja hiire, rähni ja puukoristaja ning kähriku ja rebane jälgedel.

TEELE NÕLVAK  
Laagna raamatukogu raamatukoguhoidja