

Ainevaldkond	Valdkonnaülene sotsiaalsained
Kursuse nimetus	Õpioskuste arendamine
Eelduskursused	Puuduvad
Lõimumine	Kursus toetab kõigi õppeainete õppimist ning lõimub psühholoogia, bioloogia, eesti keele ja kirjanduse ning teiste õppeainetega.
Kursuse maht ja õppekorraldus	21 (75-minutilist) tundi: kontakttunnid ja iseseisvad tööd. Kursusel saab osaleda kuni 15 inimest. Kursusel kasutatakse arutelusid, praktilisi ülesandeid ja iseseisvaid õppimiskatseid.
Õpetamise aeg	I perioodi valikainete nädal (23.–27. november 2026)
Kursuse läbiviija(-d)	Kristi Bode
Kursuse eesmärgid	Kursuse eesmärk on anda õpilasele teadmised ja praktilised oskused, mis aitavad tal tõhusamalt õppida. Õpilane õpib paremini tundma oma mälu, tähelepanu ja mõtlemise toimimist ning katsetab erinevaid õppimise ja meeldejätmise viise.
Kursuse lühikirjeldus	Kursusel uurime, kuidas inimene õpib, ning katsetame erinevaid viise, kuidas oma õppimist tõhusamaks muuta. Tegeleme mälu, taju, tähelepanu ja mõtlemisega ning õpime praktilisi mälu tehnikaid ja õppimisstrateegiaid. Kursusel ei ole eesmärk õppida lihtsalt „rohkem“, vaid õppida nutikamalt ja enda jaoks sobivamal viisil.
Kursuse õpitulemused	Kursuse lõpetanud õpilane: mõistab mälu, tähelepanu ja mõtlemise rolli õppimisel; tunneb erinevaid mälu tehnikaid ja õppimisstrateegiaid ning oskab neid kasutada; oskab teadlikumalt juhtida oma tähelepanu ja õppimist; oskab hinnata erinevate õppimisviiside tulemuslikkust; tunneb ära mõned levinud õppimisega seotud müüdid; oskab valida enda jaoks sobivaid õppimisvõtteid.
Hindamine	Arvestatud/mittearvestatud. Hinnatakse õpilase osalemist, praktiliste ülesannete ja iseseisva töö sooritamist ning oskust õpitut enda õppimises rakendada. Kursuse lõpus koostab õpilane enda õppimise tööriistakasti, kuhu kogub enda jaoks kõige kasulikumad õppimise ja mälu tehnikad.
Õppematerjalid	Õppematerjalid on kursuse läbiviija poolt organiseeritud. Võimalusel võib õpilane tundi kaasa võtta oma arvuti või muu digivahendi, kuna õppematerjalid on saadaval ka Google Drive keskkonnas.
Kirjandus (soovituslik kirjandus)	Lisamaterjalid, mis toetavad kursuse eesmärkide saavutamist, täpsustab kursuse läbiviija enne kursuse algust ja/või jooksvalt kursuse käigus.
Kursuse väljund	Kursuse lõpuks oskab õpilane teadlikumalt ja tõhusamalt õppida, tunneb erinevaid õppimise ja meeldejätmise võtteid ning oskab valida neist enda jaoks sobivaimad. Kursuse praktiline lõppväljund on õpilase isiklik „õppimise tööriistakast“ – valik võtteid, mida ta saab kasutada erinevates õppeainetes.