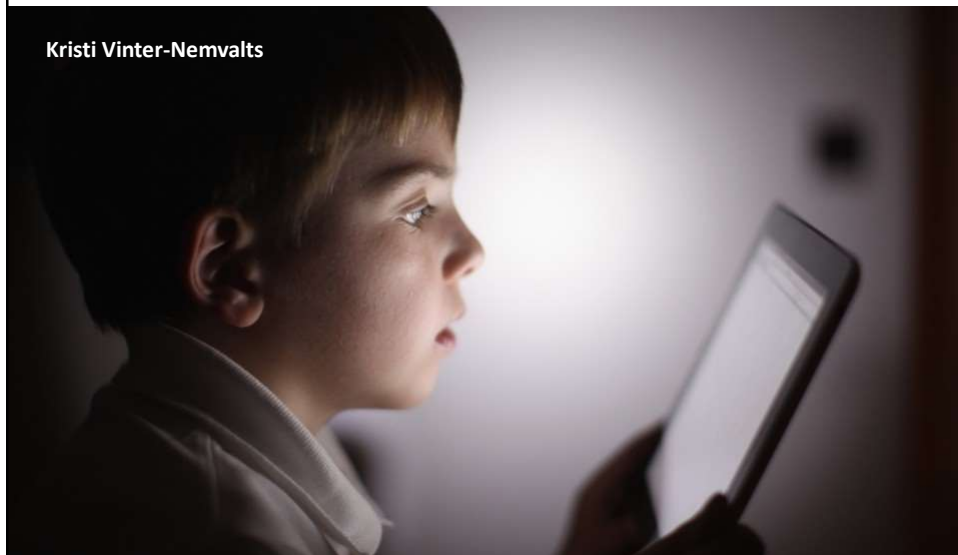
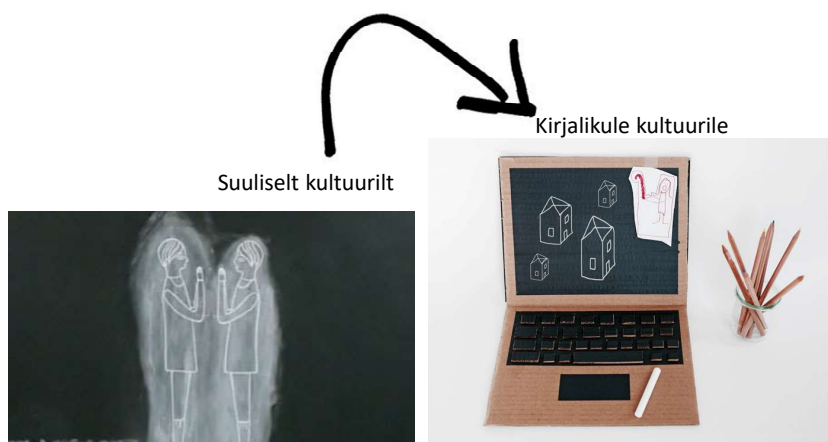


Kuidas teha nutikogemus harivamaks ja arendavamaks – õppimine digiküllastunud keskkonnas

Kristi Vinter-Nemvalts

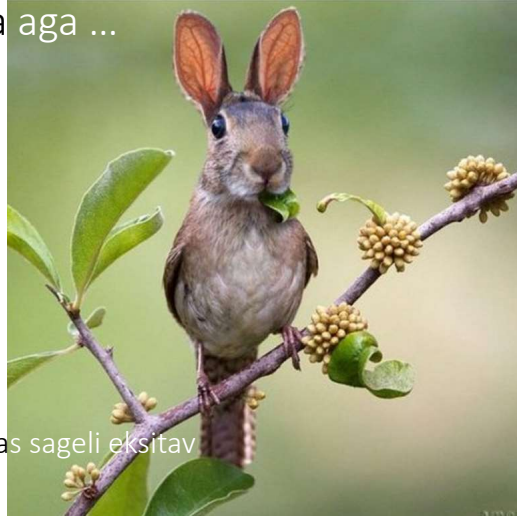


Intellektuaalse ajaloo muutused



Täna pildikultuur!

Pilt on rohkem väärt kui
tuhat sõna aga ...

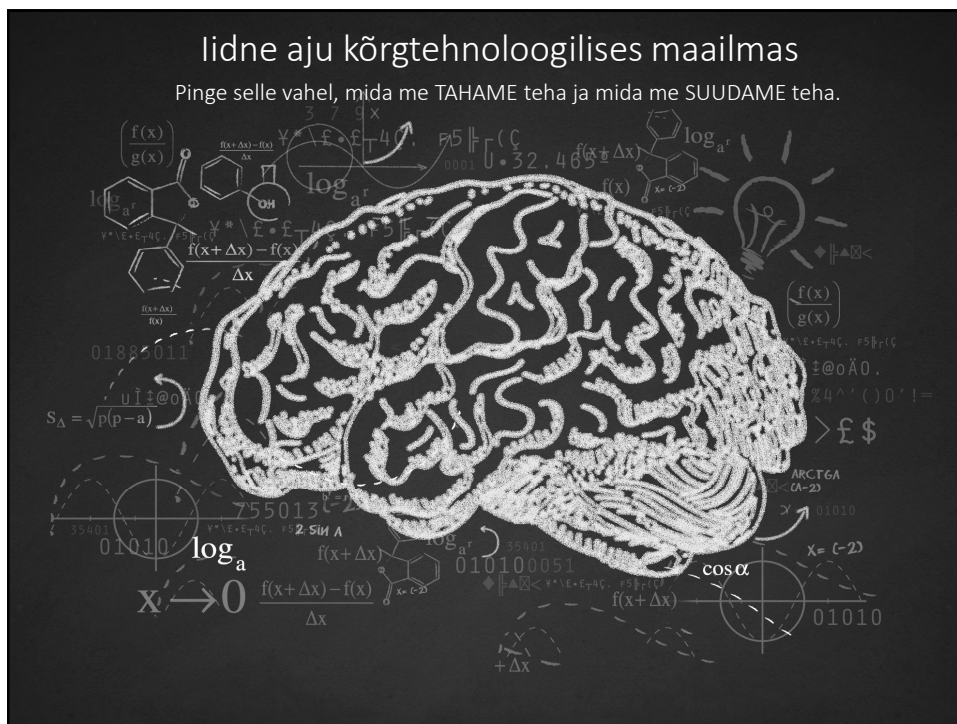


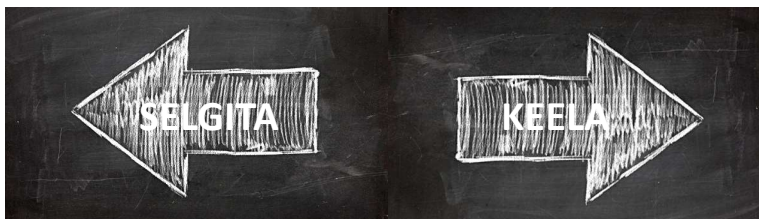
... pilt on tänases maailmas sageli eksitav

Intellektuaalne tehnoloogia

- Tööriistad, mille abil me **laiendame** või **tugevdame** oma vaimseid võimeid
 - Teabe leidmine ja klassifitseerimine
 - Ideede vormistamine ja väljendamine
 - Teadmiste jagamine
 - Mõõtmine ja arvutamine
 - Mälumahu suurendamine
- Nt arvelaud, raamat, gloobus, ajaleht, kool, raamatukogu, arvuti, internet jms.







Imenippe ja lihtsaid lahendusi ei ole ...

Probleemi korral peab pingutama kogu pere...

Kuidas saada aru, et sõltuvus on saamas probleemiks?

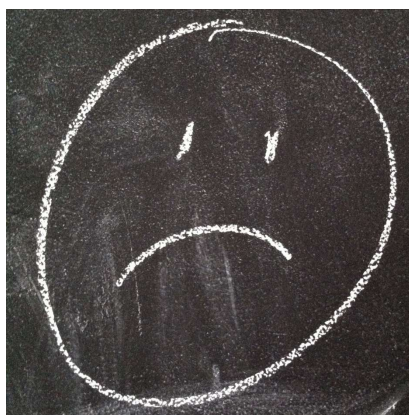
- Ebaõnnestunud katsed internetis oleku aega piirata
- Eufooria, oluliselt kõrgeenenud meeleolu võrgusoleku ajal
- Ärritus ja viha, kui püütakse internetis oleku aega piirata
- Kui parajasti internetis ei olda, mõeldakse sellele ajale ja oodatakse kannatamatult uut võrgusoleku aega
- Online-suhtlemist eelistatakse tavalisele, silmast-silma suhtlemisele
- Ajataju kadumine internetis olles
- Vajadus kasutada internetti üha rohkem; soov üha parema riist- ja tarkvara, üha suurema kasutusaja järele
- Sõprade ja perega aja veetmisele online-tegevuste eelistamine, muude varem meeldinud tegevuste unustamine
- Unevajaduse eiramine
- Valetamine internetis oleku aja ja tegevuste kohta, katsed salaja arvutit või nutiseadet kasutada (näiteks kodutööde tegemise ajal)
- Probleemid koolis ja tööl, suhetes sõprade ja lähedastega – probleemidest hoolimata ei suudeta võrgusoleku aega vähendada
- Füüsilised sümptomid – kehakaalu tõus või langus, pea- ja seljavalud, randmevalu, väsimus, kuivad silmad, nägemisprobleemid, unetus, hügieeniprobleemid

Allikas: TAI

Kes on rohkem ohus?

Suuremas riskis on inimesed,

- kel on harjumus internetis olles oma **meeleolu parandada** ja end igapäevaelu **stressist välja lülitada**.
- kel on varem diagnoositud **meeleoluhäireid** (depressiooni, ärevushäireid), **aktiivsus- ja tähelepanuhäiret, sotsiaalfobiat**.
- kel on **madal enesehinnang, üksildus** ja loomupärane **impulsiivsus**.



Miks see tekib ja miks see kõik nii raske on?

Aju armastab **uudsust** (sh info sisu pole oluline) iga värske infokild on aju jaoks **mõnus**.

Kahjuks **tekitab** igasugune mõnu ajus **sõltuvust**.

Pidev ja vahetu uudsus programmeerib aju otsima seda kõikjalt samamoodi, nagu narkomaani aju on programmeeritud meelemürgi leidmisele.

Jaan Aru, TÜ ajuteadlane

Me oleme loomu poolest infot otsivad olendid

- Uuringud näitavad, et inimesed organiseerivad oma ümbrust ja keskkonda selliselt, et saada kätte maksimaalselt uut informatsiooni (Pirolli & Card, 1999)
- Seega, meile on omane käitumine, mis suunab meid tarbima ja suurendama kokkupuudet uue informatsiooniga, kuid mis omakorda viib selleni, et infotulv muutub segavaks (**infouputus**) ning omab meie elule negatiivseid tagajärgi.

Aluseks evolutsioonibioloog Eric Charnovi 1976 aastal arendatud teooria "Marginal value theorem" (MVT)

Millega "sõltuvuse soodumus" seotud on?

Enesekontrolli oskused ja võimekus

Vahetu impulsi tagasihoidmine ja arukama käitumise valik väljendub:

- Me ei anna kiusatusele järele
- Mõtleme enne kui ütleme või tegutseme
- Ootame ja mõtleme enne otsustamist (kiirustamise vältimine järelduste tegemise või eelarvamustega). Valime, kuidas käitume!
- Anname spontaanse asemel kaalutletud vastuse
- Püsime ülesande juures ja lõpetame selle, hoolimata sellest, et ülesanne tundub igav või oleme tüdinenud ja teeksime toredamaid asju
- Keskendumise segajatest hoolimata
- Jätkame tööd isegi, kui tasu tuleb pika aja pärast

Üksikisiku edu alus!

8 võtmefunktsiooni		
Oskus	Mida see tähendab	Kuidas nõrgad oskused välja paistavad
Impulsi kontroll	Aitab mõelda enne tegusemist	Ebasobivate asjade väljapaikamine. Sattumine riskantsetesse olukordadesse
Emotsioonide kontroll	Aitab hoida emotsioone kontrolli all	Ülereageerimine. Kriitikalumatus ja rühmast loobumine kui miski läheb valesti
Paindlik mõtlemine	Aitab kohaneda ootamatustega	Toimetulematus tagasilöökidega. Frustreerumine, kui asjale tuleb vaadata teise nurga alt.
Töömälu	Aitab hoida informatsiooni meeles	Probleemid juhiste mäletamisega, isegi kui need on kirjas või olete last korduvalt juhendanud
Enese jälgimise võime	Aitab oma tegevust ja edenemist hinnata, keskendumine	Negatiivse tagasiside üle üllatamine
Planeerimine ja prioriteetide seadmine	Aitab püstitada eesmärged ja nendeni jõudmist planeerida	Suutmatus olulist ebaolulisest eristada
Tegevusega alustamine	Aitab tegutseda ja tegevust alustada	"Kivistumine", kui ei oska kusagilt alustada.
Organiseerimine	Aitab hoida asju järje peal nii füüsiliselt kui vaimselt	Mõtete pidev katkemine, asjade kaotamine jms

8 võtmefunktsiooni		
Oskus	Mida see tähendab	Kuidas nõrgad oskused välja paistavad
Impulsi kontroll	Aitab mõelda enne tegusemist	Ebasobivate asjade väljapaikamine. Sattumine riskantsetesse olukordadesse
Emotsioonide kontroll	Aitab hoida emotsioone kontrolli all	Ülereageerimine. Kriitikalumatus ja rühmast loobumine kui miski läheb valesti
Paindlik mõtlemine	Aitab kohaneda ootamatustega	Toimetulematus tagasilöökidega. Frustreerumine, kui asjale tuleb vaadata teise nurga alt.
Töömälu	Aitab hoida informatsiooni meeles	Probleemid juhiste mäletamisega, isegi kui need on kirjas või olete last korduvalt juhendanud
Enese jälgimise võime	Aitab oma tegevust ja edenemist hinnata, keskendumine	Negatiivse tagasiside üle üllatamine
Planeerimine ja prioriteetide seadmine	Aitab püstitada eesmärged ja nendeni jõudmist planeerida	Suutmatus olulist ebaolulisest eristada
Tegevusega alustamine	Aitab tegutseda ja tegevust alustada	"Kivistumine", kui ei oska kusagilt alustada.
Organiseerimine	Aitab hoida asju järje peal nii füüsiliselt kui vaimselt	Mõtete pidev katkemine, asjade kaotamine jms

Lastel, kellel oli kehvem enesekontroll (püsimatumad, impulsiivsemad, raskem oma tähelepanu kontrollida), oli täiskasvanuna, s.t. 30 aastat hiljem, viletsam tervis, vähem raha ja pikem kuriteoregister, võrreldes nende lastega, kelle enesekontroll oli parem.

Moffitt, T. E., Arseneault, L., Belsky, D., Dickson, N., Hancock, R. J., Harrington, H., ... & Sears, M. R. (2011).

Aitavad kasvutada majanduslikku edukust, sest me oleme paremini organiseeritud

- Enesekontrollivõime juured pesitsevad meie aju kõige väärtuslikumas osas.
- Küpsus saabub 20ndate aastate alguses.
- Enamus alla 4 aastaseid lapsi ei suuda **naudingut** edasi lükata, sealt edasi aga küll ja see on omandatav oskus.



Täiskasvanu kohustus ja vastutus on aidata lapsel õppida end kontrollima struktureerides ja korrastades tema keskkonda = reeglid ja kokkulepped ja neist kinni pidamine.

Nutivahendi sisu on keskkond.

Edu eeldus digiajastul

KAUGELTKI MITTE AINULT
tehnoloogiline ekspertis vaid



EELKÕIGE eesmärkide seadmise, planeerimise, prioritseerimise, organiseerimise, paindlikkuse, töömälus info hoidmise ja **enese jälgimise võimed- oskused.**

Kõrgemad aju funktsioonid!

Vt 8 võtmefunktsiooni

Digital detox ja ~~FOMO~~ ~~JOMO~~
 ehk ~~fear~~ *joy of missing out*

Lühiajalised dieedid, alkoholi ja umastite detox-programmid panevad inimesed üsna peatselt vanade harjumuste juurde tagasi pöörduma juhul kui ...

... me ei tee tööd ega näe vaeva selle nimel, et oma **keskkonda** ja **rutiini** muuta.

Kuidas muuta keskkonda ja harjumusi püsivalt? Kas see on lihtne?

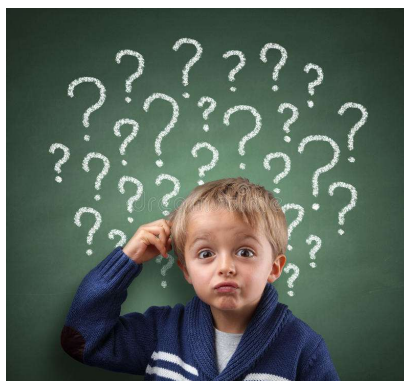


Võtame kokku

Sõltuvus vahetust uudsusest käib inimeseks olemise juurde, **edukad inimesed lihtsalt kontrollivad seda paremini.**

Mõtlemine on raske ja sellega seostub vähem vahetut uudsust = mõnu väiksem.

Ümberlülitumine on ajule mõnus, mistõttu **inimestele meeldib multitaskida** = mitme ülesande vahel pendeldamine on sõltuvus.





Mis teeb multitaskimise ebatõhusaks?

Räägime meie ürgsest ajast

Eesmärgipärane tegutsemine ja vahelesegamine

Vahelesegamisel on kahjulik mõju meie:

- tunnetusele ja käitumisele;
- mõtlemisele,
- tajule,
- otsuste langetamisele,
- suhtlemisele,
- emotsioonide reguleerimisele,
- mälule.

Eelnev taandub negatiivsetele tagajärgdele turvalisuses, hariduses ja meie võimes olla edukates ja õnnelikes suhetes pere, sõprade ja kolleegidega.



Katkestused

... juhtuvad, kui me teeme otsuse täita samaaegselt mitut ülesannet või lülitada end pidevalt ja järsku ühelt tegevuselt teisele ümber.

Katkestusi nimetatakse MULTITASKINGUKS – püüd teha üheaegselt kahte või enam ülesannet, millel on erinevad eesmärgid.

Multitasking on käitumine, mille
me ise valime.

Meie sooritusvõime väheneb.



Multitasking

Mida ütlevad uuringud

- Iga tegevus eraldi sooritatuna võtab vähem aega ja on kvaliteetsema tulemusega
- Rohkem vigu (eriti tegevustes, mis nõuavad kriitilist mõtlemist)
- Ilma multitaskinguta on vähem stressi
- "tahtmatu tähelepanematus" – aju ei registreeri ümbrust (nt telefoniga jalutamine)
- Lühiajaline mälu ehk töömälu kannatab
- Mida vanemaks, seda rohkem võtab ümber-/tagasihäälestumise aega
- Kannatavad suhted

Vähendab produktiivsust (u 40%-60%)!



Miks me oleme vahelesegamisele nii vastuvõtlikud?

- Võimalus, et vahelesegamine mõne süsteemi toimimist häirib suureneb selle süsteemi kompleksuse kasvades.
- Aju on üks komplekssemaid süsteeme meile tuttavas universumi osas.

Seda esiteks ...



Kõrgemad kognitiivsed funktsioonid (täidesaatvad funktsioonid)

- Oskust eesmärged seada juhib kollektsioon **kõrgemaid kognitiivseid funktsioone**: oskused mis hõlmavad hindamist, probleemide lahendamist, arutlemist, otsuste tegemist, organiseerimist ja planeerimist.

Täidesaatvad funktsioonid on aga vaid osa "lahingust" ...

Me vajame spetsiifilisi protsesse, et need eesmärgid ellu viia.



Kognitiivne kontroll

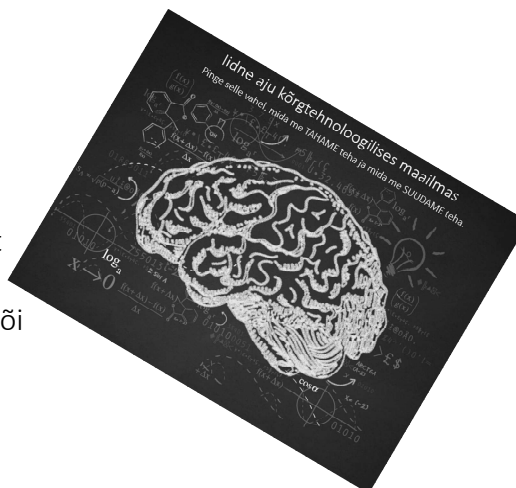
- Meie võime eesmärke ellu viia sõltub teisest komplektist – kognitiivsetest võimetest – **kognitiivne kontroll** – tähelepanu, enesekontroll, töömälu, kognitiivne paindlikkus ja loov probleemilahendus.
- Meie kognitiivse kontrolli võimed eesmärkide ellu viimiseks ei ole nii kõrgetasemeliselt arenenud nagu täidesaatvad funktsioonid eesmärke seades nõuavad.
- Täpsemalt. Meie kognitiivse kontrolli võimete fundamentaalsed piirangud ei eristu informatsiooni töötlemisel suuresti primaatide omadest.



Kognitiivse kontrolli piirangud

Meil on piiratud võime:

- jagada ja hoida **tähelepanu**;
- hoida aktiivselt detailset infot **mälus**;
- tulla üheaegselt toime või muuta **kiirelt ja järsult** "võistlevaid" **eesmärke**.



Miks me sellest räägime?

Enesekontrolli oskuste õpetamine
ja harjutamine =

Multitasking =

kontrolli õpetamine nutivahendi
üle

kõige argisem
“nutinurjatus”, mis
vahendit kasutades
tekib ja mis muudab
meid ebatõhusamaks.



Elektroonilise ekraani sündroom

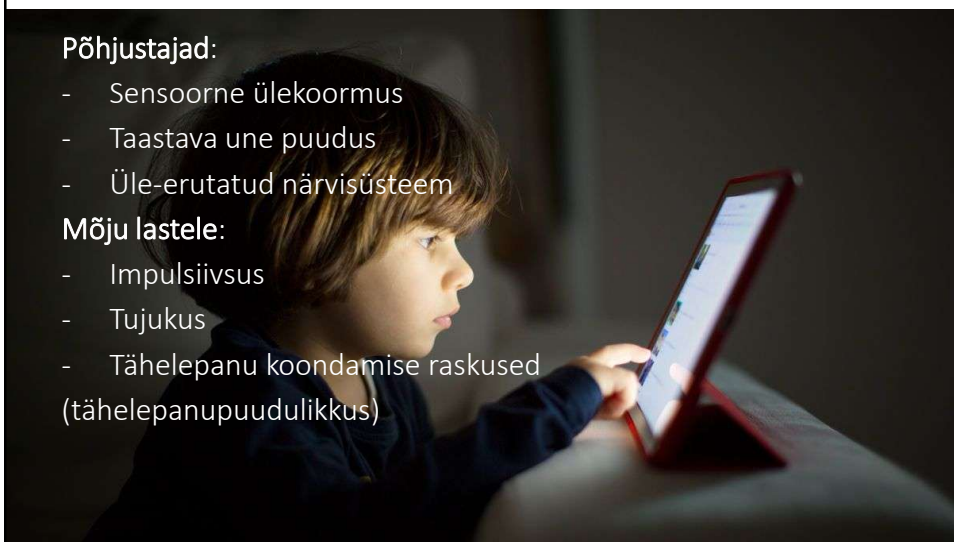
(electronic screen syndrome)

Põhjustajad:

- Sensoorne ülekoormus
- Taastava une puudus
- Üle-erutatud närvisüsteem

Mõju lastele:

- Impulsiivsus
- Tujukus
- Tähelepanu koondamise raskused
(tähelepanupuudulikkus)



Veel mõned lõbusa nime aga kurva sisuga sündroomid

- “Fantoom-tasku-värisemise” sündroom
- FOMO (Fear of missing out) – “hirm jääda ilma”
- Nomofobia – hirm olla ilma telefonita/ühenduseta



Lastearstid ja –psühhiaatrid muretsevad ...

Viimane dekaad on tõstnud märkimisväärselt **meelelahutusliku sisuga** tehnoloogia kasutamist laste hulgas (sh aastased ja nooremad)

“Arengu hilistumine, ülekaalulisus, vaimsed häired, tähelepanupuudulikkus ja kirjaoskamatus on saamas normiks. Kiindumine tehnoloogiasse haagib lapsed lahti inimlikkusest mille tulemuseks on lapsepõlve psühholoogilised ja käitumuslikud probleemid lapseas, mis päädivad sageli psühhotroopsete ravimite väljakirjutamisega”

(Cris Rowan, lastearst ja terapeut)

Tänased lapsed ja noored... ... internet ja identiteediotsingud



Lapsed ja noored internetis

- osa tänastest identiteediotsingutest
- grupi surve (kõik ju teevad ja kasutavad)
- heakskiidusoov
- soov leida endasarnaseid
- soov samastuda
- enese proovilepanek






Võrgukäitumine ja internetipsühholoogia

- võib «reaalse» inimese käitumismustrist **oluliselt erineda**
- anonüümsuse määr muudab piirid häguseks, **eiratakse** tavapäraseid käitumispiiranguid
- füüsiline vahemaa ja sotsiaalse läheduse puudumine = vähesema survestatuse tunne, mis teeb võrgus suhtleja **julgemaks**
- Uuringud kinnitavad, et arvuti vahendusel suheldes teevad inimesed üksteise kohta **rohkem märkusi** ja väljendavad **erimeelsust** oluliselt sagedamini kui silmast-silma suhtlemisel

Mida peab laps teadma võrgusuhtlusest?

- Mitteverbaalse suhtlemise puudumine jätab ilma väga olulisest informatsioonist, mistõttu võivad inimesed näida **külmad** ja **ebasõbralikud**.
- **Emotikonid** pole üheselt mõistetavad, nende täpsem tähendus sõltub vastuvõtjast ning sellest, kas tal on positiivne või negatiivne ellusuhtumine.
- Sotsiaalmeedia vahendusel ei suhelda vaid ühe inimese, vaid **laiema publikuga**.
- Võrgukirjutistel on **tagajärjed** nii endale kui teistele inimestele, mis ulatuvad **internetist kaugemale**




Võrgumina ja pärismina



Mulje kujundamine endast

Identiteediga eksperimenteerimine on isiksuse arengu seisukohalt oluline. Päriselus on neid eksperimente raskem teha, kuid internetis tajutakse neil olevat väiksemat kaalu ning ollakse seal ka julgemad end kõikvõimalikeks eksperimentideks välja pakkuma.

Kusagil lõpeb võrk ja algab füüsiline silmast-silma suhtlemine, kus võrguavarustes toimuv avaldab mõju edasi



Enne võimaluste ja lahenduste otsimist natuke tausta

Õpilastel, kes kasutavad koolis õppetöös arvuteid **mõõdukalt**, on paremad õpitulemused kui neil, kel on selleks **väga vähe** võimalusi. Samas neil õpilastel, kes kasutavad koolides **väga palju** info- ja kommunikatsioonitehnoloogia vahendeid on õpitulemused teistega võrreldes kõige kesisemad.



*OECD raport: Students, Computers and Learning: Making the Connection. 2015
Means, B. et al. 2009 - metaanalüüs*

Eesti andmetele toetudes on optimaalne aeg ühe koolipäeva jooksul interneti ja arvutite kasutamiseks

kuni 60 minutit.

Õpilased, kes väidavad, et kasutavad arvutit **alla 60 minuti**, on saanud saavutustestides

kõige kõrgemaid tulemusi.

Õpilased, kes väidetavalt **ei kasuta** tehnoloogiavahendeid koolipäeva jooksul **üldse**, on saanud

madalamaid tulemusi.

Kõige madalamad on **kõige suurema** arvuti- ja interneti kasutusajaga õpilaste testide tulemused.



Täht, 2017, PISA 2015

Igapäevane arvuti kasutamine **õppes** seostub samuti halvemate õppetulemustega

Suurem ärevus ja väiksem heaolutunne



Lepp, Barkley, Karpinski, 2014

Õpilased, kes veetsid **rohkem kui 6 tundi** arvutis (tööpäeval) **väljaspool kooli**, raporteerisid tõenäolisemalt, et nad tunnevad end koolis üksikuna, et nad jäid kooli hiljaks, jne



PISA 2012



Ennetamiseks lapsevanematele

- Enne nutivahendi kasutama asumist selgita kasutamise reegleid ja pea neist kinni (ole järjekindel).
- Tunne huvi lapse tegemiste vastu internetis, püüdke leida koos selgitused, miks üks või teine keskkond internetis meeldib.
- Te ise olete nuti- ja netikasutuse kõige suurem eeskuju!
- Mida väiksem laps, seda vähem ja kontrollitum "nuti".



OHIO: Only Handle It Once!

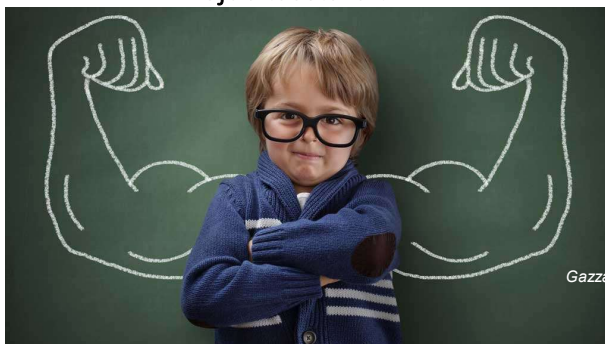
Kui alustad millegi tegemist, siis tee see lõpuni ...

... soovitavad psühhiaatrid.

Sama rusikareegel, mille järgi toimetavad aktiivsus- ja tähelepanuhäirega inimesed

OHIO
Only Handle It Once

- Vabane multitaskingust
- Piira pidevat juurdepääsu digivahenditele
- Leia võimalusi muuta ühele tegevusele keskendumine lõbusamaks
- Tee mõned võimlemisharjutused (isegi 10 minutit aitab!). **Paranevad aju kõrgemad funktsioonid ja tähelepanu**
- Harjuta end kasutama 20-20-20 reeglit: iga 20 minuti tagant tee 20 sek paus ja vaata 20 jala kaugusele (u 6 m)
- Mine õue. Piisab ka 10 minutist. Uuringud näitavad, et isegi looduspildi vaatamine **mõjub taastavalt** 😊



- Unista (vaata lakke, sodi paberile vms) – see aktiveerib ajuosad, mis on vajalikud ka loovaks mõtlemiseks. **Taastab tähelepanu.**
- Lühike, 10-min uinak. **Parandab aju kognitiivseid funktsioone.**
- Räägi teise inimesega silmast silma. Hädapärast sobib ka telefon. **Vähendab stressi ja parandab töö tulemuslikkust.**
- Naera! = parem mälu, vähem kortisooli, rohkem endorfiini ja dopamiini = **vähem stressi, rohkem energiat ja positiivseid emotsioone.**



Häid tulemusi on andnud...

meditatsiooniharjutuste õpetamine lastele
(Eestis alternatiiv Vaikuseminutid)

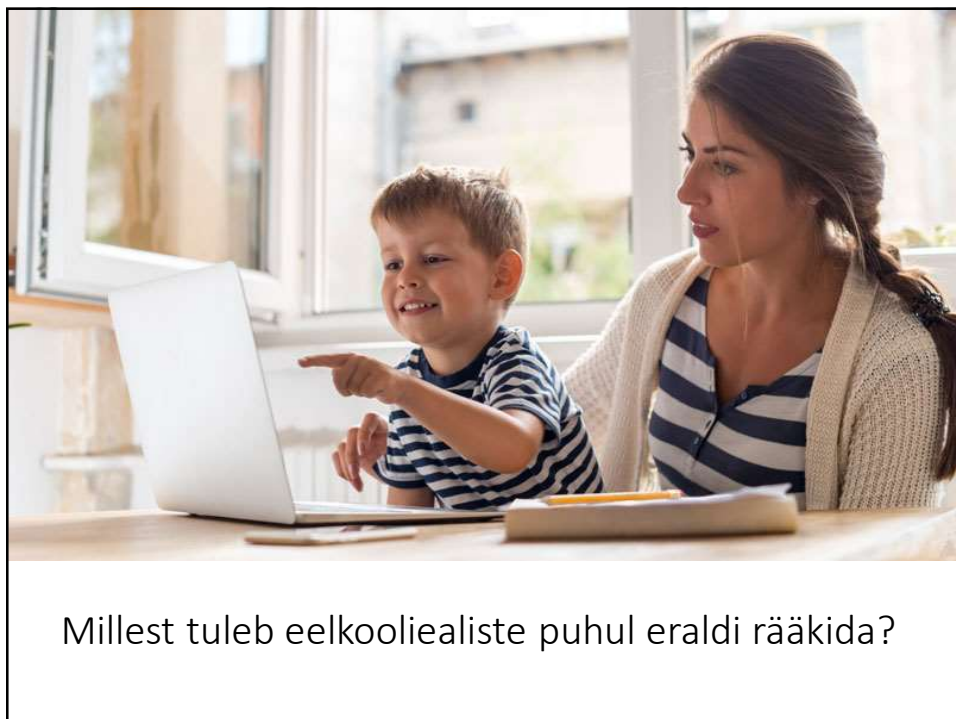
- Paranenud tähelepanuvõime
- Õpitulemuste paranemine
- Parema vaimne tervis
- Paremad eneseregulatsiooni oskused



- Kehtesta **tehnoloogiavaba aeg** (nt **tund** pere koosolekuks, lõunasöök; **päev**, nt kogu laupäev; **nädal** aastas, nt perepuhkus.
- Kokkulepped, millal **digivahendeid ei kasutata** (nt autosõidul, tund enne magamaminekut, väljas einestades jms.) Reeglid kehtivad **kõikidele** pereliikmetele!
- **Tasakaalusta** “energia sees” (tehnoloogia) “energiaga väljas” (liikumine, õuesolemise jms). Tund SEES = tund VÄLJAS.
- **Tervislikud tegevused** kogu perele (ei istu, ei ole toas).

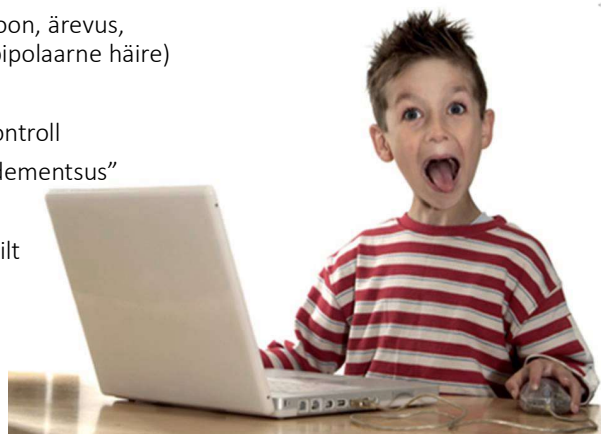


© Zone'in Programs Inc. 2014



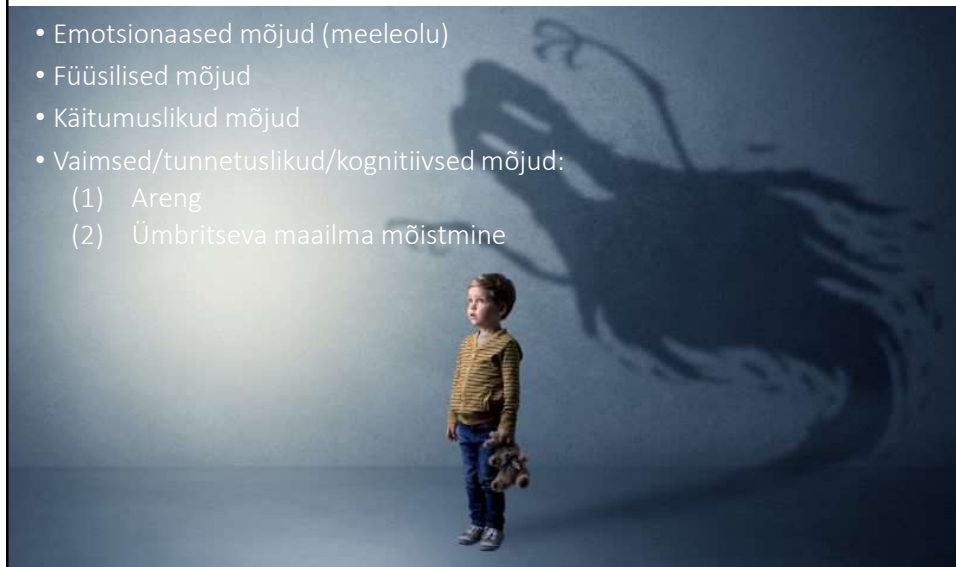
Meedia ja digimaailmaga seotud ohud

- Agressiivsus
- Arengu hilistumine
- Ülekaalusisus
- Vaimsed häired (depressioon, ärevus, tähelepanupuudulikkus, bipolaarne häire)
- Unehäired
- Rahutus, emotsioonide kontroll
- Öpiraskused, "digitaalne dementsus"
- Sõltuvus
- Ebaadekvaatne maailmapilt



Seega on ohud ja mõjud eritüübilised

- Emotsionaalsed mõjud (meeleolu)
- Füüsilised mõjud
- Käitumuslikud mõjud
- Vaimsed/tunnetuslikud/kognitiivsed mõjud:
 - (1) Areng
 - (2) Ümbritseva maailma mõistmine



Lastearstid ja -psühhiaatrid soovitavad

- 0 - 2(3)-aastased **EI!**
- 3 – 6(12)-aastased – **1 tund**
- 7(12) - 18-aastased - **2 tundi**



... aga mitte ainult – on ka SISU!

Sisu mõistmisel tuleb appi

MEEDIAKASVATUS


Lapsi tuleb õpetada digivahendeid eesmärgipäraselt kasutama ja end kasutamise halbade mõjude eest hoidma.

A young boy with light brown hair, wearing a blue sweater, is shown from the chest up, looking upwards and to the right with a thoughtful expression, his hand near his chin. A large white thought bubble is drawn above him, containing the word 'MEEDIAKASVATUS' in red capital letters. The background is a dark green chalkboard.

Tehnoloogia vahendab ja
toob meieni
meedia sisu



Sisu (meedia) koosneb



TEKST
HELI
PILT

STAATILINE
LIKUV

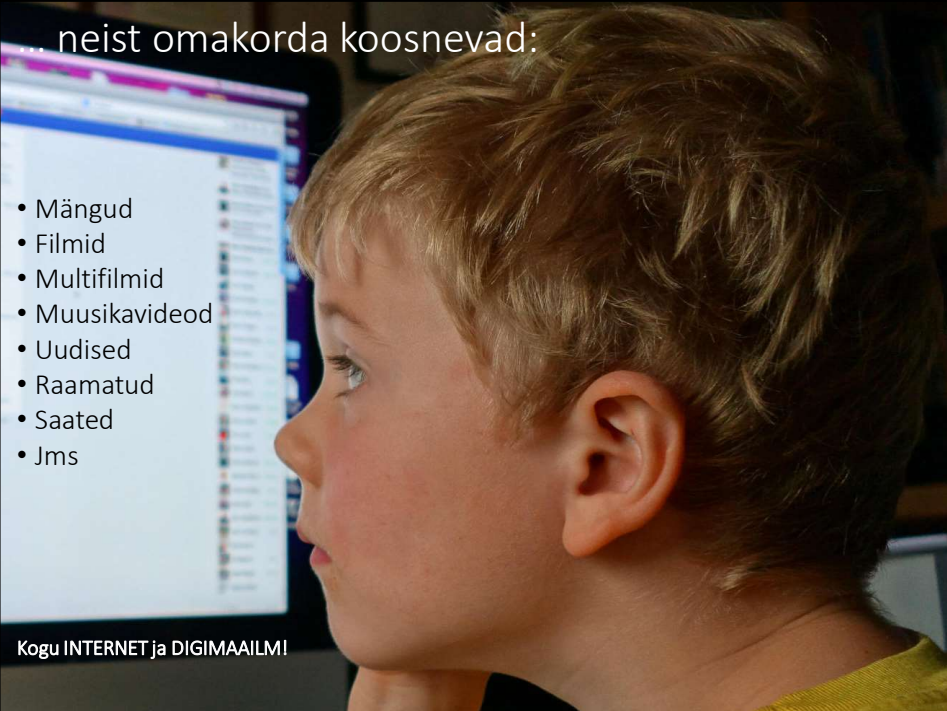
ANIMATSIOON
VIDEO

Neist omakorda koosnevad: ...

... neist omakorda koosnevad:

- Mängud
- Filmid
- Multifilmid
- Muusikavideod
- Uudised
- Raamatud
- Saated
- Jms

Kogu INTERNET ja DIGIMAAILMI



EKRAANIPIILT ON NAGU LAPITEKK

Helid
Pildid
Tekstid
Videod
Animatsioonid



Kas päriselt või siiski mitte?

Mida väiksem laps, seda enam vajab ekraan PÄRIS ELLU tõlkimist ehk:

- **selgitusi**, mis on päris ja mis mitte,
- **teadmisi**, millest ja kuidas ekraanipilte konstrueeritakse



Internet ja teadmised – millele tuleks mõelda

Uurimused näitavad, et inimesed ei pööra tähelepanu informatsioonile, mis on vastuolus nende olemasolevate teadmiste või uskumustega.

Tähele kaldutakse panema seda, mida oodatakse, osatakse või tahetakse näha ning tehakse info hulgast valikuid vastavalt oma (teadvustamata) eelteadmistele.

Kui on kujunenud väärteadmised ja -uskumused, siis võetakse infot vastu nendega kooskõlaselt.



Balanced Technology Management (BTM)

Tasakaal tervislike eluviiside ja tehnoloogia kasutamise vahel



Tehnoloogiline pädevus kui ELUOSKUS

A young boy with glasses and a blue polo shirt is pointing his right hand towards a digital interface. The interface consists of several white-outlined rectangular boxes of various sizes and orientations, some overlapping, set against a dark blue background with faint binary code (0s and 1s) and a circular pattern. The boy is looking intently at the interface.

- Digitaaltehnoogiliste vahendite ja sisu kasutamine
- Oskus sisu luua, mõista selle loomisprotsesse ja konstrueeritust
- Informatsiooni usaldusvärsuse hindamine ja kriitiline analüüs

Kõike seda tuleb maast madalast õppida ja õpetada!

Digitaliseerumise olevik



Digiõppimise 3 valdkonda

ÕPIME

1. vahendit kasutama (nt. videotötlus jms)
2. vahendi abil uusi teadmisi ja oskusi (nt. programmeerimine, kitarrimäng, arvutamine jms)
3. vahendi sisu tundma (nt. kuidas on loodud mutlifilm jms)

Elukestva õppe võtmepädevuste raamistik 2006

- Loodi 2006 Euroopa Parlamendi ja Nõukogu soovitusena.
- Iga võtmepädevus on kombinatsioon teadmistest, oskustest ja hoiakutest.
- Viimased 10 aastat on raamistik mõjutanud liikmesriikide haridusreformi ja koolituste sisu, suunates neid õpetamises ja õppimises enam kompetentsipõhisteks.



30.12.2006 ET Euroopa Liidu Teataja L 394/10

EUROOPA PARLAMENDI JA NÕUKOGU SOOVITUS,
18. detsember 2006,
võtmepädevuste kohta elukestvas õppes
(2006/962/EÜ)

8 võtmepädevust

1. Emakeeleoskus
2. Võõrkeelteoskus
3. Matemaatikapädevus ja teadmised teaduse ja tehnoloogia alustest
4. Infotehnoloogiline pädevus
5. Õppimisoskus
6. Sotsiaalne ja kodanikupädevus
7. Algatusvõime ja ettevõtlikkus
8. Kultuuriteadlikkus ja -pädevus

Valdkondadeülesed oskused

1. Kriitiline mõtlemine,
2. Loomingulisus,
3. Algatusvõime,
4. Probleemide lahendamine,
5. Riskihindamine,
6. Otsustusvõime ja
7. Emotsioonide konstruktiivne kontrollimine

Olulised kõigi kaheksa pädevuse omandamisel

Elukestva õppe võtmepädevused

Raamistiku korrastamine

EESMÄRK:

teha kindlaks, kas raamistikus kajastuvad piisaval määral alates 2006. aastast toimunud poliitilised, ühiskondlikud, ökoloogilised ja tehnoloogilised muutused.

MUUTMISE SIHT:

Parem tänase olukorra peegeldus mitmekeelsuse, kultuurilise mitmekesisuse, muutunud suhtlusviiside, rändeküsimuste, digirevolutsiooni, kodakondsuspoliitika ja kestlikkuse valdkonnas.



Elukestva õppe võtmepädevused

Elukestva õppe platvorm tõstab keskele kohale "**eluoskused**", mille osaks on sotsiaalsed, ühiskondlikud ja kultuuridevahelised kompetentsid.

Rõhutatakse ettevõtlikku mõtteviisi, **digitaalseid oskusi** ja **meediakirjaoskust**.

EELDUSED:

- rohkem õppija aktiivsusele toetuvaid õppemeetodeid
- uued hindamisviisid
- **uute tehnoloogiate kasutamine õppes**



Eesmärgistatud, juhendatud ja reeglistatud digivahendite kasutamine on edu

VÕTI!

