



# Tunnikava koostamine düsleksiaga täiskasvanud õppijatele

*Strateegiad ja tööriistad  
ainulaadsete  
õppimisvajaduste  
toetamiseks*

*Läti Düsleksia Assotsiatsioon  
Eva Birzniece,  
Thomas Schmidt  
2025-2026*

# Teemad

- Õppija esmane hindamine ja eesmärkide seadmine
- Individuaalsete õppeplaanide koostamine
- Õppijate toetamine TA ja digivahendite abil
- 1. stsenaarium: düsleksiaga üliõpilaste toetamine
- 2. stsenaarium: spetsialistide toetamine tööalaste probleemide lahendamisel.
- 3. stsenaarium: õppe kohandamine oskustöölise ja väikeettevõtjate jaoks
- Jätkuv tugi ja edusammude jälgimine viie kohtumise vältel
- Parimad praktikad ja peamised järeldused õpetajatele



**Õppija esmane hindamine  
ja eesmärkide seadmine**



# Tõhusad strateegiad esmasteks vestlusteks

- **Usalduse loomine**  
Aktiivne kuulamine ja empaatia on usaldusliku ning avatud suhtluse aluseks.
- **Selge suhtlus**  
Selge ja arusaadav väljendusviis soodustab vastastikust mõistmist ja avatust.
- **Avatud küsimused**  
Avatud küsimused aitavad välja selgitada õppija vajadused ja varasemad kogemused.

# Isiklike, akadeemiliste ja töölalaste eesmärkide kaardistamine



## **Selgita elueesmärke**

Aita õppijatel sihipäraseks kasvuks seada selged eesmärgid isiklikes, akadeemilistes ja professionaalsetes valdkondades.



## **Õppekavade ühtlustamine**

Veenduge, et õppetegevused vastaksid õppijate eesmärkidele, et suurendada motivatsiooni ja asjakohasust.



## **Motiveeri asjakohasuse kaudu**

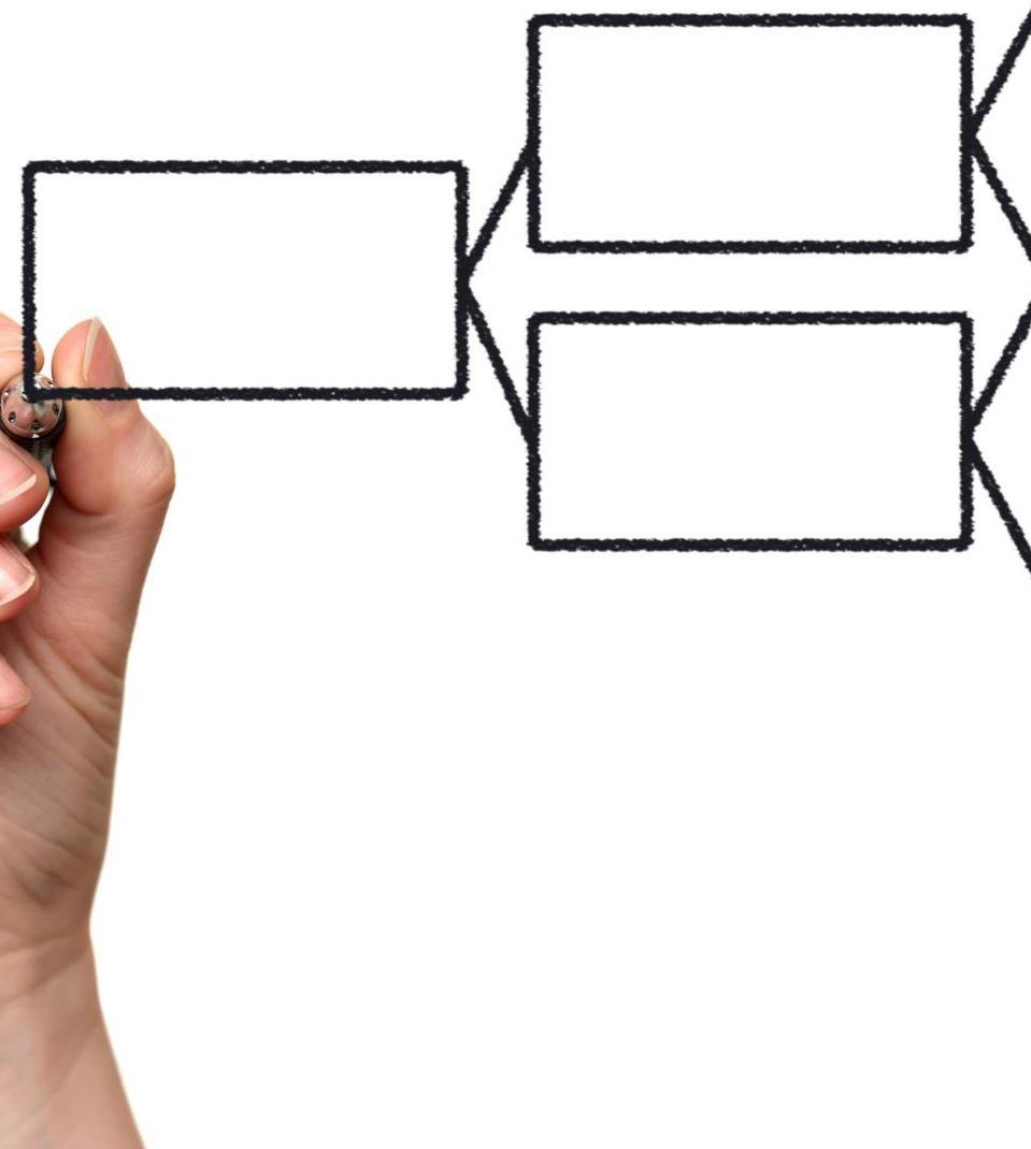
Kasutage eesmärkidega kooskõlas olemist õppijate kaasamiseks ning pideva pingutuse ja saavutuste ergutamiseks.



# Õppimiseelistuste ja tugevuste dokumenteerimine

- **Tugevuste ja väljakutsete hindamine**  
Tuvastage õppija individuaalsed tugevused ja raskused, et kohandada õpet ning tagada sobivaid toetavaid lahendusi.
- **Õppija kaasamine õppetöö kavandamisse**  
Kasutage dokumenteeritud eelistusi ja tugevusi tundide planeerimisel, et suurendada kaasatust ja õnnestumist.

# **Individuaalsete õppeplaanide koostamine**



# Viie kohtumisega tunniplaani ülesehitus

- **Oskuste järkjärguline arendamine**  
Iga kohtumine tugineb eelmisele, arendades teadmisi ja oskusi süsteemselt.
- **Refleksioon ja kohandamine**  
Planeerige aeg edusammude analüüsimiseks ja õpetamisstrateegiate kohandamiseks.
- **Sihipärased õpieesmärgid**  
Igal kohtumisel on konkreetsed eesmärgid, mis toetavad õppija peamisi sihte.

# Õppija eesmärkide sidumine tunnieesmärkidega

- **Tulemuste seostamine eesmärkidega**

Tunnitulemused on otseselt seotud õppija enda seatud eesmärkidega.

- **Asjakohasuse säilitamine**

Tunnid on õppijale tähenduslikud ja seotud tema isiklike sihtidega.

- **Mõõdetava arengu jälgimine**

Kasutage selgeid näitajaid, et hinnata edenemist vastavalt seatud eesmärkidele.



# Sobivate tegevuste ja materjalide valik

- **Õppimiseelistustega arvestamine**  
Valige tegevused, mis vastavad õppija eelistatud õppimisviisidele.
- **Abivahendite kasutamine**  
Kasutage ekraanilugereid, kohandatud seadmeid ja muid toetavaid tehnoloogiaid.
- **Tõhus kaasamine**  
Valige motiveerivad ja õppija huvidega seotud ülesanded.

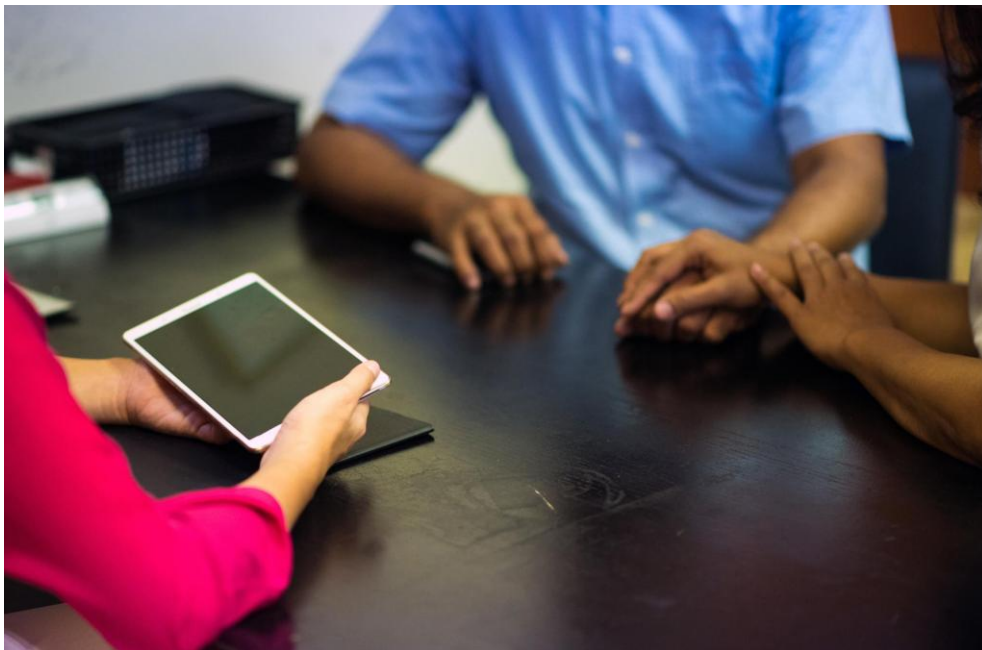


**Õppijate  
toetamine TA  
ja  
digivahendite  
abil**

# Ülevaade TA tööriistadest düsleksiaga täiskasvanutele



- **Teksti muutmine kõneks (Text-to-Speech)**  
Tehisintellektil põhinevad rakendused muudavad kirjaliku teksti loomulikuks kõneks, toetades lugemist ja mõistmist.
- **Kõne muutmine tekstiks (Speech-to-Text)**  
Kõnetuvastus muudab suulise teksti kirjalikuks, hõlbustades suhtlust ja märkmete tegemist.
- **Keelekontroll ja kokkuvõtted**  
Tehisaru aitab parandada grammatikavigu ja koostada mahukatest tekstidest kokkuvõtteid.
- **Personaalse õppe tugi**  
Tehisintellekt kohandab õppesisu vastavalt individuaalsetele vajadustele.



# Õppijate juhendamine abitehnoloogia tõhusaks kasutamiseks

- **Struktureeritud juhendamine**  
Pakkuge selgeid juhiseid tööriistade funktsioonide mõistmiseks.
- **Praktiline rakendamine**  
Soodustage praktilist kasutamist reaalses õpi- või töökeskkonnas.
- **Probleemide lahendamise oskus**  
Õpetage õppijaid iseseisvalt tehnilisi tõrkeid lahendama.
- **Tööriistade maksimaalne kasutegur**  
Aidake õppijatel kasutada tehnoloogiat iseseisvuse ja õpitulemuste parandamiseks.



# Enesekindla ja iseseisva õppimise julgustamine

- **Õppimisvajaduste mõistmine**  
Innustage õppijaid oma õppimisstiili ja vajaduste teadvustamisel.
- **Kohanduste taotlemine**  
Julgustage õppijaid enesekindlalt küsima vajalikke kohandusi.
- **Vastutuse võtmine õppimise eest**  
Innusta õppijaid oma hariduses aktiivselt osalema ja iseseisvalt oma eesmärkide eest seisma.

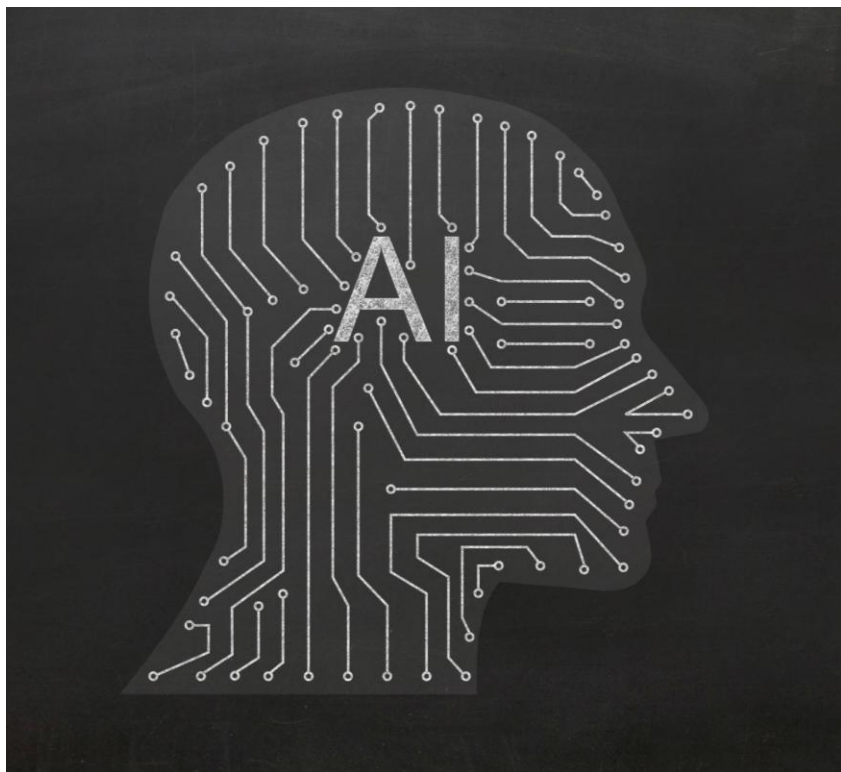
# **1. stsenaarium: Düsleksiaga üliõpilaste toetamine**



# Akadeemiliste väljakutsete kaardistamine

- **Mahukad lugemismaterjalid**  
Õppijatel on keeruline hallata mahukaid lugemismaterjale lühikese ja piiratud aja jooksul.
- **Kirjalikud tööd**  
Mitme töö kirjutamine nõuab head organiseerimise ja ajaplaneerimise oskust, et täita töödele esitatavaid akadeemilisi standardeid.
- **Tähtaegade haldamine**  
Mitme tähtaja haldamine on stressi vältimiseks ja tööde õigeaegse esitamise tagamiseks olulise tähtsusega.

# TA tööriistade kasutamine lugemisel, kirjutamisel ja organiseerimisel



- **Märkmete tegemine**  
TA tööriistad aitavad tõhusalt märkmeid struktureerida ja korrastada loengute ja hiljem lugemise ajal.
- **Essee mustandite koostamine**  
TA toetab mustandite loomist ja viimistlemist, parandades kirjutamise kiirust ja kvaliteeti.
- **Lugemismaterjalide kokkuvõtted**  
TA tööriistad võtavad kokku mahukaid lugemismaterjale, et esile tuua põhipunkte ja parandada arusaamist.
- **Ajakava koostamine**  
TA aitab koostada ajakavasid, et tõsta töö tõhusust ja parandada ajaplaneerimist.



# Juhtumiuuring: personaalse õppeplaani koostamine

- **Akadeemiliste nõuete kaardistamine**  
Määratlege vajalikud kursused ja teemad, mis on vajalikud akadeemiliste eesmärkide ja lõpetamise kriteeriumide täitmiseks.
- **Individaalsete tugevuste hindamine**  
Arvestage õppija oskusi ja eelistusi õppekava tõhusamaks kohandamiseks.
- **Tasakaalustatud ajakava loomine**  
Looge realistlik ajakava koos puhkepausidega, mis tasakaalustab kursuste nõudmised individuaalse õppimise tempoga ja pausidega.

**2. stsenaarium:  
Spetsialistide toetamine  
tööstalaste probleemide  
lahendamisel**



# Töölaliste nõudmiste mõistmine

- **Tehniliste dokumentide lugemine**  
Düsleksiaga täiskasvanutel on töökohal sageli raskusi keeruliste tehniliste dokumentide lugemise ja mõistmisega.
- **Suuline suhtlus**  
Võib esineda raskusi info töötlemis- ja väljendusraskuste tõttu, mis võib mõjutada suhtlust töökohal.
- **Ajaplaneerimine**  
Aja efektiivne planeerimine on düsleksiaga täiskasvanutel tavaline probleem, mis vähendab tootlikkust ja raskendab ülesannete täitmist.

# Töölase suhtluse ja dokumenteerimise kohandamine



## E-post haldamise tööriistad

Digitaalsed tööriistad lihtsustavad e-posti korraldamist ja suhtlust, suurendades töökoha tõhusust ja vähendades vigu.



## Aruandluse automatiseerimine

Automatiseeritud aruandlustööriistad lihtsustavad andmete analüüsi ja esitamist, säästes aega ja parandades täpsust.



## Ajastus- ja kalendrirakendused

Planeerimisvahendid aitavad kohtumisi ja tähtaegu tõhusalt hallata, edendades paremat ajaplaneerimist ja enesekindlust.

# Rollimängude abil konfliktide lahendamine

- **Simuleeritud koosolekud**

Rollimängude abil toimuvad koosolekud aitavad parandada aktiivset kuulamist ja koostööl põhinevat otsuste langetamise oskust.

- **Esinemisoskuse arendamine**

Esitluste harjutamine suurendab enesekindlust ja selgust sõnumite edastamisel publikule.

- **Konfliktide lahendamine**

Rollimängude abil toimuva konfliktide lahendamine parandab probleemide lahendamise oskust ja emotsionaalset intelligentsust töökohal suhtlemisel.



**3. stsenaarium: õppe  
kohandamine oskustöölise  
ja väikeettevõtjate jaoks**

# Valdkonnaspetsiifiliste vajaduste kaardistamine

- **Arvete haldamine**

Töolistel esineb sageli raskusi arvete koostamisel ja haldamisel.

- **Ajagraafikute koostamine**

Kohtumiste ja tööde ajastamine on kaubandus- ja teenindussektoris olulise tähtsusega, see nõuab tõhusat tööd.

- **Kliendisuhtlus**

Selge, järjepideva ja sujuva kliendisuhtluse säilitamine on kaubandus- ja teenindussektori väikeettevõtete omanike jaoks olulise tähtsusega.



# TA tööriistade rakendamine ajaplaneerimisel ja suhtluses

- **Ajaplaneerimise sujuvamaks muutmine**  
TA tööriistad automatiseerivad kohtumiste ja ressursside planeerimist, suurendades tõhusust ja vähendades vigu.
- **Automatiseeritud arveldamine**  
TA-l põhinev tarkvara lihtsustab arvete koostamist ja haldamist ning kiirendab maksetsükleid.
- **Tõhustatud kliendisuhetus**  
TA rakendused toetavad personaalset ja õigeaegset suhtlust, mis parandab klientide rahulolu.



# Näide reaalsest elust: torumehe teekond digikirjaoskuseni

- **Personaalsed õppekavad**

Kohandatud õppekavad vastavad torulukksepa ainulaadsetele oskustele ja teadmiste lünkadele, soodustades oskuste tõhusat arendamist.

- **Tehnoloogia kasutamine**

Digitaalsete tööriistade kasutuselevõtt torutöodes suurendab tõhusust ja toetab tööelu kaasaegse tehnoloogia abil.

- **Mõju tööelule ja karjääri edenemisele**

Tehnoloogia ja isikupärastatud õpe annavad torulukksepale võimaluse professionaalselt edasi areneda ja kohaneda valdkonna muutustega.



**Jätkuv tugi ja edusammude  
jälgimine viie kohtumise  
vältel**

# Edusammude kontrollpunktid ja tagasiside tsüklid

- **Regulaarsed edusammude ülevaated**  
Õppija edusammude järjepidev hindamine võimaldab tuvastada nii saavutusi kui ka arenguvajadusi.
- **Tagasiside tähtsus**  
Tsükliline tagasiside võimaldab teha kohandusi ja soodustab õpistrateegiate pidevat arendamist.



# Tunniplaanide kohandamine õppija tagasiside põhjal

- **Paindlik õpetamine**

Õpetajad peavad olema paindlikud, et muuta tunniplaane õpilaste tagasiside ja arengu põhjal.

- **Õppija vajadustele reageerimine**

Õppematerjalide kohandamine aitab tõhusalt rahuldada erineva tasemega õpilaste muutuvaid vajadusi.



# Verstapostide tähistamine ja enesekindluse kasvatamine

- **Õppija edusammude tunnustamine**  
Saavutuste tunnustamine aitab suurendada õppijate enesekindlust ja motiveerib edasist õppimist.
- **Saavutuste esiletõstmine**  
Esiletõstmine ja premeerimine julgustab õppijaid oma õpiteekonnal püsima pühendununa ja kaasatuna.
- **Eneseusu kasvatamine**  
Saavutuste tähistamine suurendab enesehinnangut ja soodustab positiivset suhtumist õppimisse.



**Parimad praktikad ja  
peamised järeldused  
õpetajatele**

# Õpetamise kohandamine vastavalt erinevatele õppimisstiilidele

- **Õppijate erinevuste tunnustamine**  
Erinevate kultuuriliste ja hariduslike taustade tunnustamine aitab õpetamismeetodeid tõhusalt kohandada.
- **Õpetamise kohandamine**  
Õpetamisstiilide kohandamine erinevate õpieelistustega parandab õppija kaasatust ja õpitust arusaamist.
- **Õppe tõhususe maksimeerimine**  
Individuaalsete vajaduste austamine parandab õppimise tulemuslikkust, teadmiste omandamist ja





# Avatud dialoogi ja koostöö soodustamine

- **Turvaline õpikeskkond**  
Turvaliste ruumide loomine julgustab õppijaid jagama avatult väljakutseid ilma hinnangute kartuseta.
- **Avatud suhtlus**  
Dialoogi edendamine aitab õppijatel ideid ja muresid vabalt väljendada, et paremini aru saada.
- **Koostöine probleemilahendus**  
Koostöö võimaldab õppijatel ühise pingutuse kaudu raskustest tõhusalt üle saada.



# Iseseisvuse ja elukestva õppe toetamine

- **Iseseisva õppimise meetodid**  
Õpetage õppijatele meetodeid oma õppimise iseseisvaks planeerimiseks, jälgimiseks ja hindamiseks.
- **Oskuste arendamine elukestvaks õppeks**  
Julgustage pidevat enesetäiendamist ka nendes valdkondades, mida ei sisalda tavapärase haridussüsteemi.

# Kokkuvõte: Düsleksiaga täiskasvanud õppijate võimestamine

## **Individuaalne juhendamine**

Tõhusa õppimise tagab kohandatud ja eesmärgistatud õpetamine, mis vastab düsleksiaga täiskasvanute personaalsetele vajadustele.

## **Abistavad tehnoloogiad**

Uuenduslike vahendite kasutamine parandab düsleksiaga õppijate lugemis-, kirjutamisoskusi ning õpitu mõistmist.

## **Pidev toetamine**

Pidev julgustus ja täiendavad ressursid aitavad edu saavutada nii akadeemilises, tööalases kui ka isiklikus elus.