



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



## POGLAVJE 7: POMOČ UČENCEM PRI ORGANIZACIJI UČNEGA PROCESA

*"Rojen si za zmago, a če želiš biti zmagovalec, moraš zmago načrtovati, se nanjo pripraviti in jo tudi pričakovati." (Zig Ziglar)*

Vedno več učencev ima težave z daljšo pozornostjo v razredu.

Zakaj? Bodisi se hitro dolgočasijo, najdejo za početi druge stvari, se ne znajo organizirati, jih motijo druge dejavnosti, ki se jim zdijo bolj interaktivne, ali pa ne znajo pravilno organizirati svojih trenutnih dejavnosti. Mnogi otroci se pritožujejo, da se po obdobju učenja na daljavo ne znajo več učiti.

V tem primeru je pomembno, da so na to pozorni tako starši kot učitelji in da otrokom pomagajo, da čim dlje ohranijo pozornost.

Pedagoški psihologi opozarjajo na okoliščine, v katerih otroci ne pokažejo "zadostne" koncentracije. Priporočajo, da je pouk zanimiv in predstavljen na interaktiven način. Prav tako je pomembno, da se med poukom nenehno trudijo, ne le na začetku.<sup>1</sup>

---

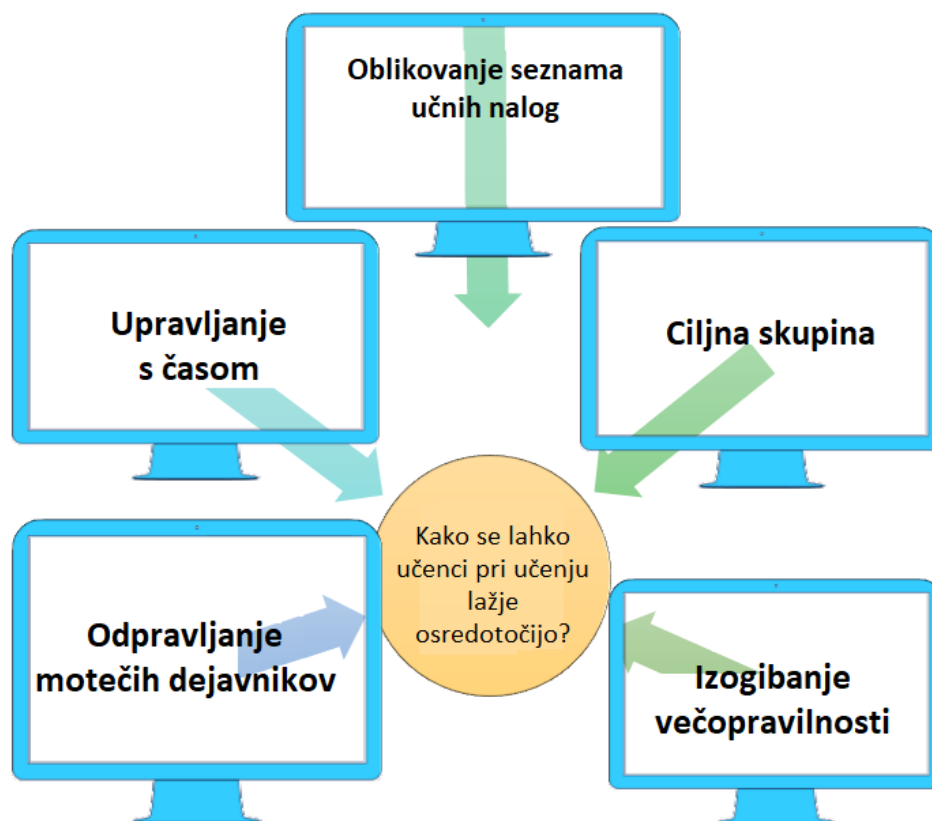
<sup>1</sup> <https://www.shakespeare-school.ro/cum-poate-un-elev-sa-se-concentreze-mai-usor-asupra-activitatilor-de-invatare/>



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



V nadaljevanju je nekaj idej, kako se lahko učenci pri pouku lažje osredotočijo:



Ker je digitalno učenje samoorganizirano učenje, morajo biti starši sposobni pomagati svojim otrokom pri tej odgovornosti. Izziv v tem primeru je zagotoviti toliko podpore, kolikor je potrebno, sicer pa naj bodo učenci sami odgovorni za učenje te ključne veščine. Starši se morajo naučiti, da se vzdržijo mikroupravljanja učnega procesa.

Spletna šola izkorišča veliko notranjih virov družine, saj je njena vloga odločilna za uspešno učenje in razvoj šole. Pri spletnem izobraževanju ali učenju na domu je treba optimizirati odnos med učiteljem, učencem in starši ter brezpogojno podporo družine.

Tukaj je nekaj **nasvetov**, ki vam bodo pomagali pomagati otroku:



### Spoznajte učitelje in spoznajte njihova pričakovanja



Vzpostavite učinkovito in neposredno komunikacijo z otrokovimi učitelji. Uporabite lahko različne komunikacijske medije, kot so elektronska pošta, besedilna sporočila, telefonski klici, videokonference ali pa določite dan in uro, tudi tedensko, ko se boste povezali z učiteljem. Ta čas optimalno izkoristite za pogovor o izzivih, s katerimi se vaš otrok sooča, pregled prihodnjih navodil, razumevanje učiteljevih pričakovanj in poskusite pridobiti njegovo mnenje o tem, kako naj bi bil po njegovem mnenju starš vključen v izobraževalni proces. Po potrebi prosite učitelja za pomoč.



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



### Ustvarite prijazno učno okolje.



V sobi, v kateri delajo domače naloge, uredite poseben učni prostor (delovno mesto), miren, udoben prostor brez nereda, z veliko naravne svetlobe, in poskrbite, da bodo imeli pri roki vse pripomočke, ki jih potrebujejo, kot so: učbeniki, zvezki, knjige, kalkulator, papir, svinčniki, lepilo, škarje itd. Prijazno okolje bo otrokom pomagalo, da se bodo bolje osredotočili.



### Določite jasen urnik domačih nalog in se ga držite



Vzpostavite rutino, določen urnik za opravljanje domače naloge. Nekateri otroci najbolje delajo in se učijo popoldne, po prigrizku in igri, drugi pa raje delajo domače naloge po večerji. Z otrokom se dogovorite, kdaj je najboljši čas za domačo nalogo, in poskrbite, da se bo tega urnika držal.



### Pomagajte otroku pripraviti načrt



Iskanje časa za učenje zahteva načrtovanje. Za upoštevanje šolskih rokov je najboljša izbira koledar. V času, ko ima otrok veliko domačih nalog ali mora opraviti zahtevnejši projekt, ga spodbudite, naj si naloge in delo razdeli na faze, ki jih lahko postopoma opravi. Naučiti jih je treba načrtovati za nazaj, začnši z roki in navedbo posebnih strategij, ki so potrebne za dokončanje. Z načrtovanjem dejavnosti jim ne bo treba nenehno delati na nalogi in se ne bodo počutili izčrpane. Poskrbite, da si bo vsako uro učenja vzel 15-minutni odmor. Učenci se lahko osredotočijo na učno nalogo (ki zahteva prostovoljni napor) od 20 do 35 minut.



### Zmanjšanje motečih dejavnikov



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



Starši so odgovorni za zmanjšanje motečih dejavnikov. Otroku razložite, kako pomembno je, da se osredotoči na naloge in jih opravlja tiho. Motivirajte ga k temu z besedami, da bo hitreje opravil domačo nalogo in da bo imel več prostega časa. Moteči dejavniki so lahko: opravljanje domače naloge ob prižgani televiziji ali radiu ali poslušanju glasbe, prekinjanje domače naloge zaradi odgovarjanja na telefonske klice prijateljev, pes je lahko moteč dejavnik, igre ali družbeni mediji lahko zmanjšajo koncentracijo. Občasno jim lahko poveste, da je pogovor s sošolcem o projektu ali domači nalogi lahko koristen. Te motilce pozornosti morate v otrokovi napravi med časom izobraževanja blokirati.



### Veliko gibanja



Načrtujte izlete na prostem in možganske odmore za svoje otroke, saj to pozitivno vpliva na njihovo razmišljanje in koncentracijo. Telesna vadba pomaga spominu pri reševanju problemov, izboljšuje pozornost in je naraven način za zmanjševanje stresa in preprečevanje tesnobe. Najboljši čas za telovadbo je morda tik pred začetkom šolskih domačih nalog.



### Poskrbite, da bo sam naredil domačo nalogo



Spodbujajte otroka, da sam poišče rešitev, in mu dovolite, da sam dela napake. Kot starš lahko dajete predloge in mu pomagata, da se drži poti, vendar mora domačo nalogo opraviti sam.

*"Moč volje je kot mišica. Bolj ko jo treniraš, močnejša postaja."*



### Motivirajte in spremljajte svojega otroka



Vprašajte otroka o prejetih domačih nalogah in testih ter se pogovorite o stanju projektov. Prosite ga, naj vam pokaže rešene probleme. Zagotovite mu, da se lahko vedno obrne na vas, če ima kakršnakoli vprašanja ali če meni, da ne more napredovati pri kateri koli nalogi.



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



### Bodite dober zgled

BE THE  
example

Vaš otrok bo sledil vašemu zgledu in ne vašim nasvetom. Zato vas naj ne bo sram mu pokazati, kako upravljate družinski proračun ali kako berete in se učite novih stvari, saj se želite nenehno izpopolnjevati.



### Pohvalite otrokovo delo in trud



Če ste ponosni na otrokove dosežke, to še ne pomeni, da ga razvijate. Zelo pomembno je, da ve, da njegovo trdo delo cenite in priznavate vi in drugi družinski člani.



### Poiščite načine za odpravo ovir pri učenju.

*"Ko se pojavijo ovire, spremenite smer, da bi dosegli cilj; ne spremenite svoje odločitve, da pridete do cilja." (Zig Ziglar)*



Če ima vaš otrok učne težave, je pomembno, da pregledate spletno in drugo učno gradivo, ki vam ga pošlje šola. Morda niso bila oblikovana ob upoštevanju potreb vašega otroka.

Sodelujte z otrokovimi učitelji, da ugotovite in odpravite morebitne ovire.



Če je to izziv za vašega otroka, je najverjetneje težava tudi za druge otroke.

Ko se učenec osredotoči na težjo nalogo, lahko njegova pozornost niha, odvisno od zanimanja za predmet in truda.

Obstajajo različne izobraževalne platforme, na katerih se lahko učenci učijo s pomočjo avdiovizualnega gradiva, simulacij in interaktivnih testov. V tem primeru je pozornost lažje ohranjati dlje časa zaradi večje stopnje motivacije, interakcije, raznolikosti.

### VEČ INFORMACIJ:

<https://www.youtube.com/watch?v=xODEoIDJa70>



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



<https://www.youtube.com/watch?v=glgG2K29Pfg>

<https://www.youtube.com/watch?v=yr9AlfFT2-Y>

**VIR:**

- [www.kidshealth.org](http://www.kidshealth.org)
- [www.webmd.com](http://www.webmd.com)
- <https://www.shakespeare-school.ro/cum-poate-un-elev-sa-se-concentreze-mai-usor-asupra-activitatilor-de-invatare/>
- <https://www.reginamaria.ro/articole-medicale/10-sfaturi-pentru-ti-ajuta-copilul-sa-si-faca-temele>



**DELAVNICA ZA STARSE. VLOGA STARSEV (PRI RAZVIJANJU AKADEMSKE RAZVOJNE MISELNOSTI)**  
To delavnico lahko opravite fizično in prek spleta.

DNEVNI RED DELAVNICE ZA STARSE		
ČAS	DEJAVNOST	TRAJANJE
9.00-9.05	Predstavitev delavnice (cilji, izvajalec, dnevni red)	5 min
9.05-9.15	Ogled animacije "Growth Mindset Animation"	10 min
9.15-9.30	Individualno in skupinsko delo "Močne in šibke točke"	15 min
9.30-9.50	Izpostavitev "Fiksna akademska miselnost in akademska razvojna miselnost"	10 min
10.00-10.15	Vprašalnik "Fiksna / akademska razvojna miselnost"	10 min
9.50-10.00	<i>Odmor (neobvezen)</i>	<i>10 min</i>
10.00-10.30/ 10.40	Skupinsko delo "Vloga staršev pri akademski motivaciji otrok"	30-40 min



**Opis dejavnosti**



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



## 1. Ogled filma "Growth Mindset Animation".



Oglejte si videoposnetek skupaj s starši:

<https://youtu.be/-ogghnxBmY>

Poudarite, da tako pravljica "Želva in zajec" kot prispodoba drevesa (ki lahko zraste višje in močnejše od drugih, če ga negujemo in negujemo) odražata pomen razvojne miselnosti. Okrepite idejo, da je neuspeh najpomembnejši korak do uspeha in da je treba vsakič, ko si rečete, da nečesa ne zmorete, dodati "še ne".

## 2. Individualne in skupinske dejavnosti: "Prednosti in slabosti".

Predlagajte staršem, da preden ugotovijo, ali imajo njihovi otroci razvojno miselnost ali ne, razmislijo o tem, kakšen odnos imajo sami do ciljev, ki so si jih zastavili: koliko truda vložijo, kako prepričani so, da jim bo uspelo, kako se odzivajo na ovire.

Staršem dajte kartonček, na katerega napišejo dve svoji prednosti in eno slabost.

Nato jih prosite, naj razmislijo, kako so njihovi otroci povezani z zastavljenimi cilji, ter zapišejo dve prednosti in eno slabost.

Nato starše prosite, naj se predstavijo in povedo svoje in otrokove lastnosti, zapisane na karticah.





Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



### 3. Predstavitev " Akademska fiksna miselnost in akademska razvojna miselnost".



Na podlagi informacij iz videoposnetka se spomnite, da fiksna miselnost pomeni prepričanje, da so naše spretnosti fiksne in nespremenljive, medtem ko razvojna miselnost pomeni razumevanje, da lahko spretnosti razvijamo s stalnim trudom, delom in vztrajnostjo. Osebe s fiksno miselnostjo, ki verjamejo, da so zelo nadarjene, in pričakujejo, da jim bo uspelo brez zavzetosti, vlagajo premalo truda in so krhke ob ovirah, medtem ko osebe s fiksno miselnostjo, ki verjamejo, da niso nadarjene in

da ne morejo spremeniti razmer, ne vidijo smisla v vlaganje truda in si ne morejo predstavljati svojega uspeha. V zvezi z akademsko miselnostjo lahko starši razmislijo o tem, ali so njihovi otroci osredotočeni na opravljanje domačih nalog, dokončanje projektov, čim hitrejšo doseganje rezultatov (naravnost fiksne akademske miselnosti) ali raje na novo znanje, ki ga odkrijejo z učenjem, na razvijanje in bogatenje svojega znanja (naravnost, značilna za akademsko razvojno miselnost). Akademska fiksna miselnost predpostavlja, da učenec gleda na svoje intelektualne, ustvarjalne sposobnosti, talente kot na nekaj, kar bodisi ima bodisi nima, s čimer se je rodil, kar je podedoval od staršev, pri čemer upošteva le genetski dejavnik ali trenutne rezultate (učenec lahko reče "nisem sposoben", "nima smisla poskušati", "tega tako ali tako ne zmorem", "to je pretežko zame", "nisem dovolj pameten", "tudi moji starši niso bili dobri v tem" ali "ni se mi treba učiti, saj sem nadarjen", "to bi moral narediti, v tem sem dober"). Akademska razvojna miselnost pomeni, da se učenec zaveda, da se njegove akademske sposobnosti razvijajo z učenjem, trudom, tekmovalnostjo in nenehnim delom.

### 4. Vprašalnik: "Fiksna/razvojna akademska miselnost". Starše prosite, naj izpolnijo naslednji vprašalnik najprej zase, nato pa še za svoje otroke.

Vprašalnik o fiksni / razvojni miselnosti			
<b>Navodila:</b> Namen tega vprašalnika je ugotoviti, ali imate akademsko miselnost, ki temelji na rasti, ali pa imate bolj fiksno akademsko miselnost. Vprašanja bodo usmerjena na vaš odnos do truda, ovir, nagrad, napak, povratnih informacij/kritike. Obkrožite a). ali b):			
<b>TRUD</b>	a) Vem, da moram trdo delati, da bi razvil svoje spretnosti, zato se nenehno trudim...	b) Nimam pripravljenosti, da bi se trajno trudil, ne vidim smisla, da bi se veliko trudil.	
<b>OVIRE</b>	a) Sem vztrajen, ovir se lotevam s tekmovalnim duhom.	b) Preneham, ko se pojavi ovira; postanem demoraliziran.	
<b>NAGRADE</b>	a) Razmišljam o dolgoročnih koristih, osebnem razvoju in o tem, da bo dolgoročno sodelovanje prineslo večje zadovoljstvo.	b) Mislim na čimprejšnje dokončanje nalog in takojšnje koristi, težko delam za oddaljeno nagrado.	
<b>NAPAKE</b>	a) Če naredim napako, me zanima, kako sem jo naredil bolje, zanima me učenje iz napak, razumem, da so napake del učenja.	b) naredim napako, mi je neprijetno razmišljati o napakah in se ne počutim dovolj dobro.	
<b>POVRATNA INFORMACIJA / KRITIKA:</b>	a) Povratne informacije in kritike drugih so zame konstruktivne, saj mi pomagajo pri razvoju.	b) Težko prenašam povratne informacije, kritiko drugih, zdi se mi kot osebna žalitev.	
<b>Starost</b>	• 18 - 30	• 31 - 40	• 41 - 50
			• 50+





Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



<b>Izobrazba</b>	• Srednja šola	• Fakulteta	• Zaključena fakulteta
<b>Spol</b>	• Moški	• Ženski	
<b>Okolje</b>	• Podeželje	• Mesto	
Preštejte, koliko trditev ste obkrožili a) in koliko b), in če ste obkrožili več kot eno različico a), to pomeni, da ste bolj usmerjeni k akademski razvojni miselnosti, če pa ste obkrožili več kot eno različico b), ste bolj usmerjeni k fiksni akademski miselnosti. Enako poskusite storiti tudi za svojega otroka.			

### 5. Skupinska dejavnost: "Vloga staršev pri učni motivaciji otrok"



- Oblikujejo se skupine 4-5 staršev. Če dejavnost poteka prek spleta v učilnici Google Classroom, so lahko starši razporejeni v sobe, kjer bodo delali samo z drugimi člani skupine.



- Naloga staršev je, da vsak po vrsti opiše, kaj je v vprašalniku zapisal o sebi in svojih otrocih, ter da se s sošolci v skupini pogovori o tem, kako bi lahko svoje otroke motivirali za akademski razvoj.



- Starši lahko razmišljajo tudi o podobnostih in razlikah med njimi in njihovimi otroki, pa tudi o neučinkovitih načinih, ki so jih preizkusili v preteklosti.



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



Ta projekt je financirala Evropska komisija. Ta dokument odraža le stališča projektnih partnerjev, Komisija pa ni odgovorna za kakršno koli uporabo informacij, ki jih ta dokument vsebuje.



Co-funded by  
the European Union



Erasmus+  
Enriching lives, opening minds.

This work is licensed under [CC BY-SA 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)