

Oblika pomoči

UČNE NAVADE oz. kako se učiti in se naučiti učenja (zapisala: Vesna Kukavica, univ. dipl. soc. pedagoginja)

To je vprašanje, s katerim se srečajo mnogi učenci in njihovi starši. Kaj so učne navade? Kako naj si jih razvijem? Kdo mi lahko pomaga?

Učenje o učenju oz. pridobivanje učnih navad je ena od ključnih življenjskih spretnosti, sposobnosti, ki si jih otrok mora razvijati v času pred vstopom v šolo in med samim šolanjem. Že z navajanjem na urejenost sobe, pospravljanje in skrb za lastne igrače otroku privzgapamo delovne navade, ki s časom prerastejo tudi v učne navade.

Učne navade so preplet delovnih navad, učnih pristopov (kako se lotim učenja) in učnih spretnosti. Vsebujejo vse tiste dejavnosti, ki olajšujejo proces učenja in omogočajo, da teče gladko, brez nepotrebne dela ali ustavljanja ob raznih dejavnostih.

Oblikujejo se:

- a) s spodbudami staršev, z vzorom, ki ga dajejo starši, z motiviranjem otroka;
- b) v šoli učitelj pozna splošne učne navade, značilnosti razvojnih obdobjih otrok in zato prilagaja metode dela pri pouku in posredovanju snovi ter zahteve DN;
- c) učenec sam: s svojimi osebnostnimi lastnostmi, kakšna je njegova motivacija, odnos do učenja, ali je učenje zanj vrednota, kako si uredi čas za učenje, igro, za sebe, kako se organizira prostor, pozna svoje sposobnosti in jih izkorišča.

Kadar govorimo o učnih navadah, se ustavimo ob naslednjih vprašanjih:

1. KAKO NAJ SE UČIM?
2. KJE NAJ SE UČIM?
3. KDAJ NAJ SE UČIM?
4. KAKO NAJ SE PRIPRAVIM NA UČENJE?



KAKO NAJ SE UČIM

Predpogoji dobrega oz. uspešnega učenja so:

- dobro branje z razumevanjem,
- sledenje in poslušanje razlagi v šoli,
- redno pisanje domačih nalog, saj le to omogoča prepotrebno ponavljanje, ki predstavlja »boj proti pozabljanju«,
- redno, sprotno učenje, ne le pred testom ali spraševanjem .

Ko se začnem učiti:

1. dobro in pozorno prebereš naslove, podnaslove;
2. najprej se učiš lažjo snov;
3. ne zadržuješ se pri stvareh, ki ti delajo težave – za to poiščeš pomoč;
4. učenje je uspešno, če 20 % časa nameniš branju snovi;
5. v tekstu vedno skušaš poiskati bistvene misli, jih podčrtaš, izpišeš ali oblikuješ miselni vzorec;
6. obnavljaš na različne načine: ob miselnem vzorcu, si sam sestaviš vprašanja, samemu sebi razložiš snov, samemu sebi si učitelj;
7. ko se učiš, bereš z namenom, postaviš si vprašanje: kaj iščeš;
8. pri učenju si sledijo raznoliki predmeti, da stvari ne pomešaš;
9. vsak dan sproti snov vsaj prebereš, obnoviš;

10. med učenjem delaš 5-10 minutne odmore, še predno nastopi utrujenost;

11. pomagaš si tudi z drugimi viri informacij.

KJE NAJ SE UČIM – dobri delovni pogoji



Imej stalen, urejen delovni kotiček. Šolske potrebščine so urejene, tako da so ti vedno takoj pri roki. Temperatura in svetloba morata biti primerna, prostor pa vedno prezračen. Prostor naj bo varen pred hrupom, glasovi in prisotnostjo drugih ljudi. Ne uči se v kuhinji ali v dnevni sobi, kjer se dogaja veliko »zanimivih« stvari.

KDAJ NAJ SE UČIM – čas



Učiš se takrat, ko si miselno najbolj spočit, primerne so popoldanske ure (med 15.00 in 19.00 uro). Učiš se vsak dan ob istem času, da si oblikuješ rutino. Sestavi si urnik učenja: načrtuješ čas za DN, učenje, odmore, igro, čas zase, ipd. pri tem upoštevaš pravilo: Najprej učenje nato prosti čas.

KAKO NAJ SE PRIPRAVIM NA UČENJE – motivacija, cilji



Pri učenju ti pomagajo pozitivne trditve, želje, spodbude, zastavljeni jasni cilji, zaupanje v lastne sposobnosti, saj ti vse to daje moč in voljo. Bodi prepričan v uspeh in imej pozitiven pristop k učenju. Pri učenju je potrebna ustrezna motivacija. Mnogi dosegajo neuspehe, ker so ob učenju nezadostno motivirani. Nimajo cilja, h kateremu stremijo, oz. ki si ga želijo doseči. Tu govorimo predvsem o pomenu notranje motivacije (snov te zanima, žene te interes po znanju) in ne le zgolj o učenju zaradi zunanjih dejavnikov (učiš se zaradi pohvale, žene te nagrada, uspeh). Vsekakor moraš biti motiviran, saj motivacija mobilizira tvojo energijo, zato si vztrajen, intenziven učinkovit in usmerjen k cilju.

IN ŠE NEKAJ O UČNIH STILIH.

Ljudje se učimo in si stvari zapomnimo na različne načine, ali če jih slišimo, vidimo ali preizkusimo.

A) VIZUALNI (VIDNI) UČNI STIL: stil, pri katerem si bolj zapomniš, če to vidiš.

Ljudje, ki ustrezajo temu stilu, so urejeni, metodični, organizirani. Veliko in hitro govorijo, hitro in ogromno berejo. Hrup jih ne moti. Težave imajo pri pomnjenju ustnih navodil, zato potrebujejo veliko ponavljanja.

B) AVDITIVNI (SLUŠNI) UČNI STIL: stil, učenja s poslušanjem. Zapomniš si tisto, kar slišiš. Ljudje s tem stilom so zgovorni, dobri govorniki. Ko delajo, se pogovarjajo med seboj. Hrup jih zmoti. Ko berejo premikajo ustnice, izgovarjajo besede. Berejo naglas in se učijo naglas. S pisanjem imajo težave.

C) KINESTETIČNI (GIBALNI) UČNI STIL: stil, kjer učenje poteka z delom, preko dejavnosti. Ljudje s tem stilom si pri branju pomagajo s prstom. Ne morejo dolgo sedeti pri miru. Grdo pišejo, govorijo počasi. Radi imajo aktivne igre.

Kratek kviz: ODGVORI NA VPRAŠANJA IN UGOTOVI, KAKŠEN STIL UČENJA TI USTREZA. Več kot imaš pri določenem stilu učenja odgovorov DA, bolj verjetno je, da ti odgovarja ta stil učenja.

VIZUALNI

Ali čečkaš, ko se pogovarjaš po telefonu?

DA/NE

Ali hitro govoriš?	DA/NE
Ali raje pogledaš na zemljevid, kot da ti povedo pot?	DA/NE
Se lahko učiš, ko gori radio, TV?	DA/NE
Hitro pozabiš, kar ti je mati naročila?	DA/NE

AVDITIVNI

Se pogosto pogovarjaš sam s sabo?	DA/NE
Raje poslušаш predavanje, kot bereš knjigo?	DA/NE
Raje govoriš, kot pišeš?	DA/NE
Se učiš pri prižganem radiu?	DA/NE
Se rad pogovarjaš, si zgovoren?	DA/NE

KINESTETIČNI

Ali boljše razmišljaš, če se ob tem giblješ?	DA/NE
Ali med govorom veliko uporabljaš geste, mimiko?	DA/NE
Ali težko sediš pri miru?	DA/NE
Ali se med pogovorom dotikaš ljudi?	DA/NE
Ko bereš, si pomagaš s prstom?	DA/NE

Za konec pa: ZAPOMNI SI, DA SO SLABE UČNE NAVADE, KADAR:

1. pri pouku ne sodeluješ, ne poslušаш razlage
2. se učiš pozno zvečer, zaradi utrujenosti nisi učinkovit
3. pri učenju nisi zbran, se ne posvetiš snovi
4. se učiš le pred testom ali spraševanjem
5. učiš se na pamet, hitro pozabljaš
6. ne ponavljaš za nazaj
7. ne poiščeš odgovorov na vprašanja, ki jih nisi razumel
8. ne preverjaš, koliko res znaš.