



Starši pogosto doživljajo stiske zaradi usklajevanja otrokovega šolanja na daljavo in svojega službenega dela. Opažam, da je pogovorov s starši o različnih stiskah in o šolskem delu bistveno več kot v času, ko šolanje poteka neposredno v šoli. Staršem vedno prisluhnem, jim skušam pomagati z nasveti in jih po potrebi usmerim tudi k drugim strokovnjakom. Ob tem so mi v veliko pomoč izkušnje, ki sem jih pridobila v času, ko sem delala kot svetovalna delavka (pedagoginja) na šoli.

Delo z učenci

Kot sem že omenila, poteka moje specialnopedagoško delo večinoma preko spletne aplikacije Zoom. Učenci od vključno 3. razreda dalje so pri vključevanju v aplikacijo samostojni, učenci nižjih razredov (do 2. razreda) pa pri tem potrebujejo še nekaj pomoči staršev. Učenci so se v zelo kratkem času naučili uporabljati spletna orodja in so pri delu zelo spretni. Včasih se zgodi, da jih uporabljajo celo bolje kot jaz in me naučijo uporabiti še kakšno dodatno funkcijo. Namen moje specialnopedagoške pomoči je predvsem delo pri odpravljanju motenj, primanjkljajev in ovir, ki jih ima učenec. Tudi v času dela na daljavo skušam čim več časa posvetiti temu in izvesti čim več vaj, nalog oziroma strategij, ki so temu namenjene. Moje trenutne izkušnje kažejo, da imajo učenci pri delu na daljavo težave pri samostojnem predelovanju

učne snovi, zato veliko časa namenimo obravnavi le-te. Posamezne specialnopedagoške pristope, ki so namenjeni odpravi primanjkljajev, tako skušam preplesti tudi z obravnavo trenutne učne snovi. Pri delu na daljavo namreč vidim, da so učenci, ki imajo odločbo, pogosto v časovni in tudi psihični stiski pri samostojnem šolskem delu. Opažam, da potrebujejo pomoč pri organizaciji šolskega dela, dodatno razlago učne snovi, usmerjanje pri branju in pisanju, pomoč pri analizi besedil, razlago abstraktnih pojmov, usmerjanje pri reševanju nalog po korakih in motiviranje za šolsko delo. Učno snov jim skušam razložiti z življenjskimi primeri, preko izkustvenega učenja ter učenja s posnemanjem. Ob tem uporabljam tudi različne didaktične pripomočke, ki jih pokažem preko kamere in uporabljam pri razlagi učne snovi ter pri specialnopedagoški obravnavi. Za učence s posebnimi potrebami se mi zdijo to najprimernejši pristopi, saj je zanje najboljše, da se učijo preko lastnega doživljanja oziroma lastne aktivnosti. Tudi posamezne abstraktne in kompleksnejše pojme lažje razumejo, če jim jih razložim z življenjskimi primeri. Z učenci se velikokrat pogovarjamo tudi o preživljanju prostega časa, pomanjkanju motivacije za šolo, čustvenih in drugih stiskah ter odsotnosti medvrstniških stikov. Tovrstni pogovori so po mojem mnenju zelo pomembni, saj na ta način ohranjamo socialne stike, prav tako pa sem tista, ki



Foto: Nataša Pezdir

lahko zaznam morebitne psihične in druge stiske ter pomagam učencem.

Zaključek

Učenci s posebnimi potrebami imajo zaradi različnih primanjkljajev, ovir oziroma motenj težave pri usvajanju učne snovi. Zanje je pomembno, da ne glede na razmere dodatna strokovna pomoč poteka kontinuirano in redno. S strokovnimi specialnopedagoškimi pristopi jim namreč pomagamo pri premagovanju ovir, motenj in primanjkljajev ter pri usvajanju učne snovi. Obenem jim nudimo psihosocialno podporo v času, ko so prikrajšani za socialne, vrstniške stike in vezani na preživljanje časa v svojem domu ter bližnji okolici. Menim, da je delo na daljavo preko spletnih aplikacij manj učinkovito kot neposredno delo v šoli, a vseeno je to v trenutnih razmerah optimalna rešitev. ◀

Ohranimo gibanje

Pot do srečnih, zdravih in samozavestnih otrok

■ **Mateja Cizerle**, prof. razrednega pouka, je učiteljica na *Osnovni šoli Jurija Dalmatina Krško*. Ima šest let delovnih izkušenj.

Že marca 2020 smo doživeli nemogoče – šolanje na daljavo. Spraševala sem se, kako je to mogoče, je to sploh izvedljivo, kako bom podajala učno snov, kako bom imela stike z učenci, starši, sodelavci. Imela sem pomisleke, ali bo podajanje učne snovi dovolj kakovostno.

Začetki dela na daljavo

Bila sem polna dvomov, a zavedala sem se, da moram delovati pozitivno in spodbujati otroke in starše. Prvi mesec sem jih dan za dnem motivirala za delo. Bodrila, da vse to zmorejo danes, jutri ... Tudi sodelavci in sodelavke smo stopili skupaj, se povezali in si pomagali, se spodbujali. S skupnimi močmi smo poiskali pravo mero zahtevnosti in količino učne snovi.

Delo na razredni stopnji je popolnoma drugačno kot na predmetni. Predvsem v 1. triadi so otroci še zelo nesamostojni, zato so popolnoma odvisni od staršev (navodila jim morajo prebrati, razložiti in na koncu

preveriti, ali so naloge opravili do konca). To je starešem predstavljalo velik organizacijski problem, posebej če so imeli tudi svoje obveznosti (delo od doma) ali več šoloobveznih otrok oz. če so imeli doma še vrtčevske otroke.

Vsi dobro poznamo negativne strani prekomerne uporabe digitalne tehnologije, a na koncu nismo imeli druge možnosti, kot da smo učencem sami 'ponudili' ekran. Seveda to ni bilo namerno, ampak v tistem trenutku je bilo učenje na daljavo preko računalnikov edina smiselna pot.

Učinki epidemije na področju gibanja

Menim, da smo učitelji ob vseh teh dilemah, težavah, tisoč vprašanih zanemarili bistvo. To, na kar učitelji že več let opozarjamo: učenci se premalo gibajo, preveč časa preživijo zaprti v prostoru, pred različnimi zasloni. V času epidemije so se otroci gibali veliko manj kot pred epidemijo. Spremenile so se tudi njihove prehranjevalne in spalne navade.

Vsako leto se aprila ali maja na vseh šolah izvede redno spremljanje telesnega in gibalnega razvoja otrok SLOfit oz. športno-vzgojni karton. V šolskem letu 2019/2020 se meritve v šolah niso izvedle zaradi spomladanskega zaprtja šol, na približno 100 osnovnih šolah pa so v maju in juniju vseeno uspeli organizirati meritve. Preostale šole so meritve izvedle septembra oz. oktobra. S pomočjo teh meritev smo lahko v Sloveniji dobili vpogled v negativne posledice šolanja na daljavo. Laboratorij za diagnostiko telesnega in gibalnega razvoja Fakultete za šport v Ljubljani je obdelal podatke meritev, ki so jih izvedli na šolah. Analize so pokazale zelo velik upad gibalnih sposobnosti otrok, tako fantov kot deklet. Razlog je tudi v tem, da so bili v času šolanja na daljavo zaprti vsi športni klubi. Največji upad se je pokazal pri vzdržljivosti in koordinaciji celotnega telesa. Pri več kot polovici otrok se je povečal tudi delež podkožnega maščevja. To je slaba napoved za razvoj otrok na drugih področjih (Upad gibalne učinkovitosti ..., 2019).

Nova priložnost

Ko smo novembra ponovno prešli na šolanje na daljavo, sem se dela lotila veliko bolj


samozavestno in optimistično, saj sem bila tehnološko dobro pripravljena. Sedaj sem pri pripravi učne snovi bolj osredotočena na načine posredovanja učne snovi, kjer so učenci gibalno bolj aktivni, saj gibanje vpliva tudi na učne zmožnosti. Strokovnjaki namreč pišejo, da gibanje spodbudi sproščanje dopamina, neurotransmitterja, ki vpliva na sposobnost učenja.

Dandanes je naša kruta realnost uporaba naprav z zasloni. To je naš vsakdan in tudi otroci si ne predstavljajo več dneva brez digitalnih naprav. Tudi v svojem prostem času posegajo po digitalnih napravah in ravno zaradi te nasičenosti z ekrani so bolj utrujeni, razdražljivi, neješčji, nimajo motivacije za šolsko delo, slabše spijo ... Zaradi pomanjkanja gibanja imajo težave s prekomerno težo. Te zastrašujoče analize so zbudile tudi mene, saj sem se sama veliko manj gibala in dneve preživela pred računalniškim zaslonom. Zavedam se, da se negativnega učinka zaprtja šol ne bo dalo izničiti. Z doslednim in trdim delom ter z zavedanjem o pomenu gibanja bomo mogoče sčasoma dvignili krivuljo. Mislim, da smo se šole kljub pomanjkljivim navodilom in priporočilom ministrstva za šolstvo zelo hitro odzvale in pripravile vse potrebno za šolanje na daljavo. Učitelji smo se čez noč preobrazili v 'on-line' učitelje, a se zavedamo, da takšen način poučevanja nikakor ne more nadomestiti navadnega poučevanja. Učitelji moramo sedaj zavestno zmanjšati pasivnost učencev in povečati uporabo učnih oblik, s katerimi bomo spodbudili njihovo gibalno aktivnost.

Pri načrtovanju učne snovi sem danes pozorna, da vključim več gibalnih iger, da učenci med učenjem ne sedijo, ampak se gibajo. Ko med videosrečanjem zaznam, da je učencem padla koncentracija, takoj uporabim pripravljene aktivnosti za gibanje (gibalno kolo, gibalne kartice ...). Učence spodbujam, da pomagajo pri hišnih opravilih (sesanje, pometanje, pomivanje oken, pomivanje posode, obešanje perila ...), saj so tudi to gibalne dejavnosti. Porodila se mi je ideja, da z učenci izvedem dan brez računalnika. S tem jih spodbudim, da so kreativni, da ponavljajo in utrjujejo učno snov v naravi, na sproščenem pohodu s svojo družino. S tem poudarim pomembnost gibanja, ki omogoča dobro psihično in fizično počutje. Veliko vlogo odigrajo tudi

starši, saj so oni tisti, ki sedaj doma spodbujajo otroke h gibanju. Starši so zgled svojim otrokom in njihova vloga je, da otrokom privzgojijo pomen gibanja.

Gibanje je pomembno

Pomembno je tudi, da so gibalno aktivni vsi v šoli, tako učenci kot učitelji. Med posredovanjem učne snovi sem tudi sama gibalno aktivna. Ko so imeli učenci dan brez računalnika, sem ga imela tudi jaz. Dan sem izkoristila za gibanje, saj se zavedam, da se ne gibam, kot bi se, če bi imeli pouk v šoli. Dnevna telesna aktivnost pripomore k telesnemu in duševnemu zdravju, izboljšuje splošno počutje, pripomore k zmanjšanju stresa in krepki imunski sistem ter mišice in kosti. Pomembno je, da smo v psihofizični kondiciji, saj bomo le tako lahko uspešneje premagovali izzive, s katerimi se bomo srečevali – tudi z virusom, ki je povzročil pandemijo. 

Literatura

- *Upad gibalne učinkovitosti in naraščanje debelosti slovenskih otrok po razglasitvi epidemije covid-19 (2020)*. Ljubljana: SLOfit, 22. 9. 2020. Pridobljeno 22. 1. 2021 s spletne strani: https://www.slofit.org/Portals/0/Clanki/COVID-19_razvoj_otrok.pdf?ver=2020-09-24-105108-370.



Foto: EA