

# Kako otroka naučimo samostojnega učenja

■ **Ana Senegačnik Kurnik**, prof. defektologije, spec. pedagoginja, je učiteljica za dodatno strokovno pomoč na Osnovni šoli Brezovica pri Ljubljani. Napisala je knjigo *Moje pasje življenje* ter priročnik *Kosmati pomočnik*. Pri delu uporablja pomoč psa.

*Že vrsto let se srečujem s starši otrok, ki se težje učijo. Starši največkrat potožijo, da je njihov otrok pri učenju povsem nesamostojen in da ob njem dnevno presedijo ure in ure. Da bi ga spodbudili, otroku občasno naročijo, naj se gre učiti. V večini primerov to pri otroku ne povzroči nobene spremembe ali pa deluje ravno obratno – zavlačevanje, upor ali pretvarjanje, da se učijo.*

Otroci so pred učenjem lačni, žejni ter imajo tisoč in en izgovor, kaj vse morajo še postoriti. Tako se lahko priprava na učenje zavleče tudi v enourno prepričevanje otroka, naj že začne z delom. Otroci lahko nato ure in ure presedijo pred knjigami, ne da bi sploh vedeli, kaj so prebrali. Toda s sitnarjenjem, pridiganjem, grožnjami, zaskrbljenostjo, vpitjem, kritiziranjem ali kaznovanjem ne bomo dosegli, da bi se otrok začel učiti in bil pri tem samostojen. Učenje je kompleksen proces, ki od otroka zahteva visoko stopnjo aktivnosti, zbrani in angažiranosti. Poznati mora tudi različne (bralne) učne strategije, ki jih v procesu učenja vrednoti, prilagaja in s tem razvija zavedanje o svojem učenju. Za uspešno in samostojno načrtovanje in učenje mora otrok imeti cilj, vedeti mora, kaj in kako se je treba učiti, kaj ali kdo mu pri tem lahko pomaga, kako razporediti čas in s čim lahko novo znanje poveže. Vse to so metakognitivne učne spretnosti, ki so za učenje samostojnosti pri učenju ključne.

Pojem metakognicija označuje znanje o kognitivnih procesih ter o spremljanju in kontroli teh procesov. Uvrščamo jo med miselne procese višjega reda, ki omogočajo načrtovanje in sledenje miselni aktivnosti ter uravnavanje le-te. Na področju učenja ju opredeljujejo tudi kot znanje o procesu učenja in znanje o nadzoru oz. kontroli učnega procesa (Černe in Jurišević, 2018).

## Razvijanje metakognitivnih učnih spretnosti

S pomočjo zavedanja svojih kognitivnih učnih strategij ter branja učenci izboljšujejo svoje učenje ter vplivajo na metakognitivno znanje in metakognitivno zavedanje. Najprej pa potrebujejo znanje o strategijah učenja in vedenje o tem, kdaj in zakaj uporabiti posamezne postopke, strategije pri učenju in kako jih nadzorovati, spremljati in vrednotiti (samoregulirati). Ravno slednje vodi k odkrivanju napak v procesu reševanja problemov, izbiri ciljev in ustreznih strategij ter spodbuja dejavno učenje.

Kadar se otrok uči učiti, potrebuje pomoč v smislu usmerjanja. Preverite, katere učinkovite strategije učenja že uporablja in katere lahko še razvije. Naučite ga, da samostojno pripravlja učno gradivo in povzetke ter vprašanja ali kartončke za ponavljanje in utrjevanje. Učenje samoregulacijskih spretnosti naj poteka ob konkretni učni snovi, saj bo le tako za otroka smiselno in uporabno. Pomembno je, da opazite in pohvalite vedenje, ki je učinkovito ter uspešno (npr.: odgovorno ravnanje in odločanje, izpolnjevanje obljub, prožnost, postavljanje ciljev, načrtovanje, samostojno pisanje domačih nalog, samoiniciativno učenje itd.).

Poglejmo, kako otroka naučimo dobre organizacije, metakognitivnega zavedanja in strategij samostojnega učenja.

## 1. Postavljanje ciljev

Otrok si najprej postavi cilj in razporedi učenje. Na primer: Danes se bom naučil dve kitici pesmice in ponovil dve, ki ju že znam; naredil bom domačo nalogo za matematiko in s tem ponovil strategijo računanja z ulomki; ob zemljevidu bom pokazal in poimenoval vsa morja, kotline, planote in reke ter gorovja Afrike itd.

Starši naj otroka vzpodbujajo, da se bo vprašal, kaj je cilj konkretnega učenja in ali bo zmož sam. Tako se bo zavedal, kaj bi rad dosegel in na katerem področju bo potreboval pomoč. Otroku naj se vpraša, kaj mora pri določenem predmetu znati, in si to zapiše na list papirja kot seznam, ki ga oštevilči. S tem ga učimo organizacije oz. pregleda učne snovi po vsebinskih sklopih. Otroku dobi sliko celotne učne snovi, posamezne dele zna umestiti v celoto ter jih med seboj poveže. Hitro lahko tudi oceni, kaj od naštetega že zna, česa še ne in kaj mora še vaditi.

## 2. Urejanje delovnega prostora

Otrok naj si na prazno mizo razporedi knjige in zvezke po predmetih, pri katerih ima domačo nalogo ali se pripravlja na ocenjevanje znanja. Nekaj časa naj nameni pisanju nalog, nato pa pripravam na ocenjevanje. Prostor naj bo prezračten, dovolj svetel in miren (brez hrupa). Uči naj se vedno v istem prostoru.

Ko otroka učimo pripraviti prostor za učenje, naj se vpraša: Kaj potrebujem za uspešno učenje tega predmeta? Kje bom iskal odgovore na vprašanja (ali poleg zvezka in učbenika potrebujem tudi druge vire, npr. slovar, atlas, zemljevid, geometrijske pripomočke, internet, pomoč odrasle osebe ipd.)? S katerim predmetom bom začel in potem nadaljeval?

## 3. Čas učenja je treba načrtovati

Otrok naj se vedno uči ob približno isti uri, pri čemer naj upošteva svoj bioritem (nekateri se lažje učijo zgodaj zjutraj, drugi zvečer). Premisli naj, koliko časa bo porabil za pisanje nalog in koliko za učenje določene snovi. Pomembno je, da se svojega načrta drži. Najbolj nesmiselno je učenje brez konca in kraja.

Slika 1: Mesečno načrtovanje učenja za ocenjevanje znanja različnih šolskih predmetov

## JANUAR 2020

PONED.	TOREK	SREDA	ČETRTEK	PETEK	SOBOTA	NEDELJA
		1.	2.	3.	4.	5.
6.	7.	8.	9. MAT test	10.	11.	12.
13. TJA test	14.	15.	16.	17.	18.	19.
20.	21.	22. SLO ustno	23.	24.	25.	26.
27.	28.	29.	30.	31.		

Kadar otroka učimo organiziranja časa, mu svetujemo, naj si čas meri. Čas, ki ga je potreboval za reševanje nalog in učenje, naj 5 dni beleži. Tako bo ugotovil, koliko ga povprečno potrebuje za učenje tega predmeta. Zastavlja naj si naslednja vprašanja: Koliko časa bom potreboval za reševanje domače naloge ali za učenje? Kako si bom čas razporedil?

Pomembno je, da si otrok na koledarju označi datume ocenjevanja znanja in drugih zadolžitev. Tako ima tedenski in mesečni pregled nad dogajanjem, da si učenje lažje razporedi in česa ne pozabi. Pri načrtovanju naj si vsaj teden dni prej z barvo označi čas ocenjevanja. Ta ga opomni, kdaj in kateri predmet se mora bolj intenzivno učiti. Vsak predmet naj označi z drugačno barvo (glej Sliko 1). Otroka vodimo, da se za vsak predmet vpraša: Koliko časa bom potreboval, da se bom naučil učno snov? Po ocenjevanju naj sam oceni, ali se je začel učiti pravočasno.

#### 4. Odmori med učenjem

Otrok naj ima po 30 oz. največ 45 minutah 5–10-minutni aktivni odmor. Takrat naj popije vodo, naredi nekaj počepov, sklec, prevalov, meče in lovi žogico, se sprehodi okoli hiše ali se kakorkoli drugače gibalno sprosti.

Med učenjem različnih predmetov naj bo vsaj 30-minutni aktivni odmor. Starši naj otroka navajajo na aktivno preživljanje odmora. Lahko ga zaposlijo s pripravo hrane, ga pošljejo v klet po živila, se z njim žogajo, skupaj zapojejo, si povejo šalo ali se igrajo z domačo živaljo. Pomembno je, da je med odmorom aktivirana druga možganska po-

lovica kot med učenjem. Kadar otrok ne zazna padca pozornosti, naj si nastavi uro, ki ga bo opomnila na odmor. Ura lahko odmeri tudi dolžino odmora in vrnitev k učenju. Nekateri otroci zelo radi uporabljajo peščene ure.

#### 5. Aktivno učenje

Otrok naj bo aktiven med celotnim procesom učenja – naj bere, podčrtuje, izpisuje, postavlja vprašanja, odgovarja na vprašanja, povezuje novo učno snov s staro, ponavlja, riše itd. Dušica Kunaver (2000) nazorno predstavlja različne korake aktivnega učenja:

- podčrtavanje pomembnih dejstev, ločevanje bistvenega od nebistvenega,
- zapisovanje pomembnih dejstev ali opornih točk, lahko tudi v obliki miselnega vzorca,
- samostojen pregled učne snovi in ponavljanje s pomočjo miselnih vzorcev in preglednic,
- samostojna uporaba znanja, dodajanje lastnih stališč, lahko v obliki diskusije.

Otroci velikokrat ne poznajo strategij učenja in uporabljajo manj učinkovite tehnike učenja (npr. branje). Predstavimo jim čim več različnih načinov:

- branje (tiho, glasno, hitro, počasno),
- pisanje (predvsem pri učenju tujega jezika, ko želimo vaditi zapis besed),
- računanje (ustno in pisno),
- podčrtavanje (z različnimi barvami, enojnimi, dvojnimi, ravnimi, krivimi črtami, okvirji, obkroževanje),
- zapisovanje ob robu (pisanje ključnih mi-

sli in pojmov, razlag) ali zapisovanje na samolepilne lističe (iz njih lahko otrok izdelava miselni vzorec),

- izpisovanje (ključnih podatkov v obliki miselnega vzorca, alinej, časovnega traku),
- oblikovanje miselnih vzorcev in povezovanje nove učne snovi z že znano,
- postavljanje vprašanj (izdelava kartončkov z vprašanji za ponavljanje),
- odgovarjanje na vprašanja (pisno in ustno),
- risanje (slik, shem, skic, načrtov),
- modeliranje (izdelava 3D-shem),
- povzemanje s svojimi besedami,
- glasno ali polglasno ponavljanje in pripovedovanje ob ključnih besedah.

Bolj kot je otrok pri učenju ustvarjal, sproščen in aktiven, hitreje se bo naučil. Med učenjem naj se sprašuje: Katero znanje mi bo pomagalo pri razumevanju šolske snovi? Ali (glasno) razmišljam, kako bom nalogo rešil? Ali potrebujem pomoč pri branju in bralnem razumevanju? Ali sem razumel vse šolske pojme? Kaj bom naredil, če jih ne razumem? Katere učne strategije sem uporabil? So strategije ustrezne, jih je treba spremeniti? Kako si učno snov najlažje zapomnim? Tako pomagamo razvijati otrokovo metakognitivno zavedanje in povečujemo samostojnost pri učenju. Starši naj učne strategije skupaj z otrokom napišejo na list in ga postavijo na vidno mesto. Tako jih bo otrok lažje usvojil in hitreje samostojneje uporabljal. Otroku naj uporablja različne strategije pri usvajanju različne šolske snovi.

Za uspešno učenje potrebujemo tudi dobro razvito tehniko branja. Slednje moramo prilagajati glede na to, kje v učnem procesu se nahajamo. Kunaver (2000) loči tri vrste branja:

- Prvo branje je namenjeno spoznavanju učne snovi in naj bo hitro ter tiho.
- Drugo branje naj bo počasno in natančno, ob njem naj otrok ustvarja zapiske (ključne besede, pojme) ali miselni vzorec. Učno snov naj razdeli na posamezne dele, poglavja, odstavke.
- Tretje branje naj bo le bežen pregled zapisov, ključnih besed, iz katerih tvori povedi, razlaga pojme in polglasno govori. Otroku takšno branje predstavimo na konkretnem primeru in skupaj tvorimo zapi-

ske. Usmerjamo ga, da si postavlja vprašanja: Kaj že vem o tem? Kako bi to, kar sem prebral, povedal s svojimi besedami? Katere besede so najpomembnejše? S tem razvijamo in krepimo tudi otrokovo spontano razlago učne snovi, pri kateri izpostavlja posamične probleme pri razumevanju, kar vodi k smiselnemu učenju. Tisti učenci, ki uporabljajo spontano razlago, se naučijo več.

## 6. Ponavljaj, zapomni si in analiziraj

Otrok lahko do ocenjevanja snov že pozabi. Da se naučena snov ne izgubi, je potrebno učenje z razumevanjem (povezovanje nove učne snovi z že znano, primerjanje, iskanje podobnosti in razlik, urejanje itd.) in ponavljanje. Od začetka naj bo slednje bolj pogosto, kasneje pa na nekaj dni. Idealen potek učenja in dobrega pomnjenja poteka v naslednjem zaporedju: učenje, kratek pregled učne snovi pred spanjem (isti dan kot učenje), spanje in naslednji dan ponoven pregled učne snovi.

Starši lahko otroka spodbudijo, da si za ponavljanje in utrjevanje učne snovi pripravi kartice z vprašanji. Vsak dan naj jih žreba in odgovarja na vprašanja. S tem ko pomeša vrstni red vprašanj, je učenje zabavnejše, bolj zanimivo in dinamično, okrepi pa se otrokov priključitev dejstev, saj si le-ta ne sledijo v znanem zaporedju.

Otrok si lahko na vidnem mestu (na primer nad mizo), kjer se uči, napiše ali 'obesi' pomembne ključne besede, pojme, korake, postopke ... Tako jih vidi večkrat in (nevede) utrjuje.

Na koncu naj si otrok postavi spodaj zapisana vprašanja, ki razvijajo njegovo metakognitivno zavedanje in močno vplivajo na njegov učni proces. Tako poleg metakognitivnega zavedanja (uči se učiti) razvija tudi samokritičnost in spretnosti načrtovanja, sledenja in uravnavanja svoje miselne aktivnosti in s tem občutek nadzora nad učnim procesom. Sprašuje naj se: Ali sem dosegel cilj? Kaj me je pri učenju spodbujalo, kaj me je oviralo? Ali sem imel dovolj časa? Sem dobro načrtoval čas? Pri katerih vsebinah sem bil bolj in pri katerih manj uspešen? Pri čem sem potreboval pomoč? Ali sem zaprosil za pomoč? Kaj mi je pomagalo pri učenju s starši, učiteljico? Katero znanje mi



Foto: BS

je pomagalo pri razumevanju učne snovi? Kako ga bom uporabil? Sem bil danes uspešen ali potrebujem še vajo? Kakšno in koliko? Vprašanja lahko tudi zapišemo in jih otroku postavimo na vidno mesto. Tako jih bo hitreje ponotranjil in redno ter samostojno uporabljal.

## 7. Priprava na ocenjevanje znanja

Otroka naučimo, da natančno pregleda preverjanje znanja in vse rešene naloge oziroma vprašanja. Ponovi naj učno snov in odgovarja na različna vprašanja. Če je le mogoče, naj se nalog, ki jih ni znal rešiti ali so bile napačno rešene, loti še enkrat. Ob tem naj bo pozoren na napake, ki jih je naredil, saj so le-te kašipot, kaj se je treba še naučiti. Ob tem naj se otrok vpraša in si označi, koliko nalog je rešil pravilno in koliko pomoči je ob tem potreboval. Izdela naj si seznam. Na papir naj napiše različne učne enote, ki jih kasneje, ko učno snov zna, obkljuka (glej Sliko 2).

Slika 2: Seznam za matematiko

Ulomki:

- Krajšanje ulomkov
- Razširjanje ulomkov
- Seštevanje ulomkov
- Odštevanje ulomkov
- Mešani izrazi z ulomki (+ in -)
- Množenje ulomkov
- Deljenje ulomkov
- Mešani izrazi z ulomki (+, -, • in ÷)

Otroku razložimo, da vsaka priprava na reševanje nalog ocenjevanja znanja vsebuje:

- natančno branje navodil nalog,

- razporeditev časa med reševanjem naloge,
- pregled vseh nalog in začetek reševanja nalog, ki jih zna najboljše (težje pusti za konec),
- iskanje odgovorov v vprašanih oz. v nalogi, besedilu (pri angleščini v besedilu poišče besede, s pomočjo katerih tvori odgovore).

## Zaupati vase

Otroka učimo, naj bo pri učenju aktiven, dobro organiziran, da bo znal prositi za pomoč, a je ne bo izkoriščal, in da bo delal sproti. Učimo ga notranjega govora, samospaševanja (s pomočjo metakognitivnih vprašanj) in s tem zavedanja, da je sam ustvarjalec svoje prihodnosti in da je stopnja znanja odvisna od njega. Za uspešno učenje mora otrok ponotranjiti veliko stvari, postati morajo del njega in biti samoumevne. To je proces, zato bodite pripravljeni in odprti za vodenje in slalom med učnimi izzivi in otrokovim učenjem spoprijemanja z njimi. Otroku je pomembno predati sporočilo, da kljub neuspehu zaupa vase in ne obupa. Veliko sreče na poti učenja samostojnega učenja! ◀

## Viri in literatura

- Černe, Tanja; Juriševič, Mojca (2018): Metakognitivno zavedanje bralnih strategij pri mlajših mladostnikih z disleksijo ter mlajših mladostnikih brez disleksije. V Milena Košak Babuder idr. (ur.): *Specifične učne težave – sopojava vpljanje težav in možnosti za uresničevanje pozitivnih izidov*: zbornik prispevkov. 5. mednarodna konferenca o specifičnih učnih težavah. Ljubljana, 28.–29. 9. 2018 (str. 183–194). Ljubljana: Društvo Bravo.
- Černe, Tanja (2019): *Razvoj metakognitivnih učnih strategij pri učencih s specifičnimi učnimi težavami*. Gradivo z izobraževanja v Svetovalnem centru za otroke, mladostnike in starše, Ljubljana.
- Kunaver, Dušica (2000): *Učim se učiti*. Ljubljana: samozaložba D. Kunaver.
- Rose, Colin; Goll, Louise (1993): *Umetnost učenja*. Ljubljana: Tangram.