



Dobrodošli roditelji!

Sylwia Nasilowska – Blažok, mag.
psihologije

Poticanje samoreguliranog učenja

- Odgoj i obrazovanje se temelji na partnerstvu svih odgojno-obrazovnih čimbenika (uključujući obitelji!)
- Učenici u školi provedu deset do dvanaest godina života, od toga tri godine u srednjoj školi. To vrijeme treba biti što ugodnije za sve sudionike odgojno – obrazovnog procesa i što bolje iskorišteno.
- Polaskom u školu dijete ulazi u svijet obveza rada i odgovornosti

Poticanje samoreguliranog učenja

- **Timski pristup** (učenik, roditelj, nastavnik)
- **Svaki član tima treba imati razvijeno zdravo samopoštovanje**
- **Trebaju poštivati jedni druge**
- **Svako preuzeti odgovornost za ono što čini**

Poticanje samoreguliranog učenja

- Svaki učenik naiđe na gradivo koje teže savladava – doživi neuspjeh
- **Razvija nove strategije učenja ili postiže realnije akademsko samopoimanje (osobni rast i napredak)**
- **Opetovani školski neuspjeh – uzdrmani temelji mentalnog zdravlja, samopoštovanje i samopouzdanje**

Poticanje samoreguliranog učenja

- Sva ljudska bića imaju psihološku potrebu osjećati se kompetentno, važno, vrijedno, cijenjeno i tu svoju potrebu pokušavaju zadovoljiti na dva načina: **stremeći uspjehu** ili **izbjegavajući neuspjeh**
- Ona djeca koja su sklona izbjegavanju neuspjeha bježe od svih aktivnosti u kojim bi isti mogla doživjeti kako bi mogla sačuvati svoje samopoštovanje
- Krajnji rezultat : **naučena bespomoćnost**

Poticanje samoreguliranog učenja

- Cilj komunikacije s roditeljima - predložiti načine poticanja zalaganja i postizanja napretka kod djeteta
- Nadziranje djetetovog rada u školi od strane roditelja te pružanje pomoći djetetu glede promicanja učenja djelotvornih strategija i samoregulacije

Poticanje samoreguliranog učenja

- **Što može spriječiti naučenu bespomoćnost?**
- **Biranje smislenih zadataka**, zanimljivih za različite interese učenika, usklađenih s njihovom **trenutačnom kompetencijom** tako da djetetu budu izazovni, a ne nesavladivi.
- **Ohrabrivanje** od strane roditelja i nastavnika uz emotivno topao odnos prema djetetu, **uvjerenost u djetetove sposobnosti, vrijednost postignuća i važnost uloženog truda**. I roditelji i učitelji trebaju biti **uzor** koji će pokazati kako je jako zalaganje važno za prevladavanje neuspjeha

Poticanje samoreguliranog učenja

- **Učenje** je složeni psihički usvojenog znanja i iskustva. Obuhvaća usvajanje navika, informacija, znanja, vještina i sposobnosti. To je proces uskladištavanja podataka u skladištu pamćenja. Učenje i pamćenje jesu dva međusobno nadopunjujuća aspekta procesa učenja.
- Za učenje ključna je **motivacija** - sve ono što potiče na aktivnost, što tu aktivnost usmjeruje i što joj određuje intenzitet i trajanje. To je "volja za nešto".
- Postoji unutarnja (intrinzična) i vanjska (ekstrinzična) motivacija. Unutarnja motivacija je kad imamo neke pokretačke snage unutar nas samih da napredujemo i uspijevamo (npr. učenje zbog znanja). Vanjska motivacija je neki vanjski motiv zbog kojeg radimo neku aktivnost (npr. ocjena, plaća, poklon itd.). **Unutarnja motivacija** je najučinkovitija kao poticaj za učenje.

Poticanje samoreguliranog učenja

Kako se motivirati za učenje ?

- Prilaziti poslovima s pozitivnim stavom - imati volju učiniti nešto!
- Postaviti si cilj - što želim ostvariti?
- Postaviti očekivanja - koliko mogu ostvariti?
- Biti određen - kako ću to ostvariti?
- Biti realan - postaviti takve zahtjeve koje mogu ispuniti - imati na umu svoje mogućnosti i sposobnosti.
- Napraviti plan učenja
- Postaviti si nagrade za obavljen posao
- Podsjetiti se na dobre strane svog rada - zašto to radim.

Poticanje samoreguliranog učenja

- Iskoristi negativnosti - podsjeti se na posljedice ako ne obaviš zadatak!
- Ne prekoračiti vrijeme koje si zadaješ za neki zadatak.
- Držati se rokova.
- Napraviti jasnu razliku između "ne mogu" i "neću".
- Početi odmah. Ne odugovlačiti!
- Koristiti bilješke, podsjetnike, natuknice i sl.
- Iskoristiti svaki uspjeh kao dodatnu motivaciju za daljnji rad.
- Prepoznati ono što bi te moglo ometati i napraviti izbor.

Poticanje samoreguliranog učenja

PRAKTIČNE VJEŠTINE:

1. Svrhovito slušanje – vještine slušanja u nastavi

Imamo li vremena koristiti vještine slušanja? Zašto odlutamo u mislima?

prosječna brzina govora = 125 riječi u min

prosječna brzina slušanja i mišljenja = 500 riječi u minuti

- ✓ Određivanje razloga za slušanje
- ✓ Slijeđenje uputa
- ✓ Uočavanje ključnih pojmova
- ✓ Povezivanje primjera s glavnim idejama
- ✓ Uočavanje novog i relevantnog
- ✓ Postavljanje pitanja (u sebi ili na glas)
- ✓ Izvođenje zaključaka

Poticanje samoreguliranog učenja

2. Povezivanje s postojećim znanjem - Tehnike povezivanja:

- ✓ Prisjećanje svega što učenik zna u vezi teme
- ✓ Predviđanje mogućeg sadržaja izlaganja
- ✓ Prepoznavanje veze s osobnim iskustvom (osobno značenje)
- ✓ Priprema za predavanje: čitanje zadane literature

Poticanje samoreguliranog učenja

3. Pravljenje bilježaka

Funkcija bilježenja:

- usmjeravanje pažnje
- organiziranje informacija
- vanjsko skladištenje

2. Bilješke pozitivno povezane s postignućem:

- za učenike s manje predznanja
- kad su opširnije
- kad sadrže glavne ideje gradiva
- kada prate strukturu predavanja
- sadrže primjere za apstraktne ideje

Poticanje samoreguliranog učenja

Postupanje s bilješkama neposredno nakon nastave:

- ✓ Pročitati bilješke neposredno nakon nastave
- ✓ Usporediti bilješke s bilješkama kolege i korigirati
- ✓ Odgovoriti na točke napisane na marginama
- ✓ Dopuniti bilješke s nastave informacijama iz literature
- ✓ Obogatiti bilješke povezivanjem s osobnim iskustvom:

Poticanje samoreguliranog učenja

Mnemotehnike - specifične mentalne strategije za poboljšanje pamćenja. Razlikujemo verbalne, vizualne i mješovite mnemotehnike.

Vrste mnemotehnika:

Skraćivanje – vrsta verbalnih mnemotehnika kojom skraćujemo broj informacija koje trebamo zapamtiti. Npr. prijem, obrada, zadržavanje informacija - POZI.

Elaborirano kodiranje – dodamo informacije koje su nam više poznate i prerađujemo ih u zanimljive riječi, fraze ili rečenice koje nam je lakše upamtiti. Na sličan način možemo pamtit i različite formule tako što od prvih slova načinimo smislenu rečenicu. Formula za računanje brzine $v = t \cdot a$ složimo u obliku rečenice „**Vidim Tamo Avion!**”

Poticanje samoreguliranog učenja

Rima i ritam – unošenje rime i ritma u materijal koji treba zapamtiti znatno olakšava učenje, što se posebno očituje kod manjih uzrasta. Npr. rimovana pravila o minusima i plusevima kod računanja sa zagradama u matematici: "Kad je ispred zagrade manje, u zagradi se mijenja stanje.", "Kad je ispred zagrade više, zagrada se briše."

Metoda ključnih riječi – vrsta mješovitih mnemotehnika, a odnosi se na korištenje rime ili zvučnosti u kombinaciji sa što življim i bizarnijim predočavanjem. Posebno se koristi kod učenja jezika i novih, stranih riječi. Tako za riječ lizzard (engl.gušter) možemo naći riječ u hrvatskom jeziku koja joj je slična (npr. lizanje) i oko nje stvoriti vizualnu predodžbu guštera kako liže sladoled.

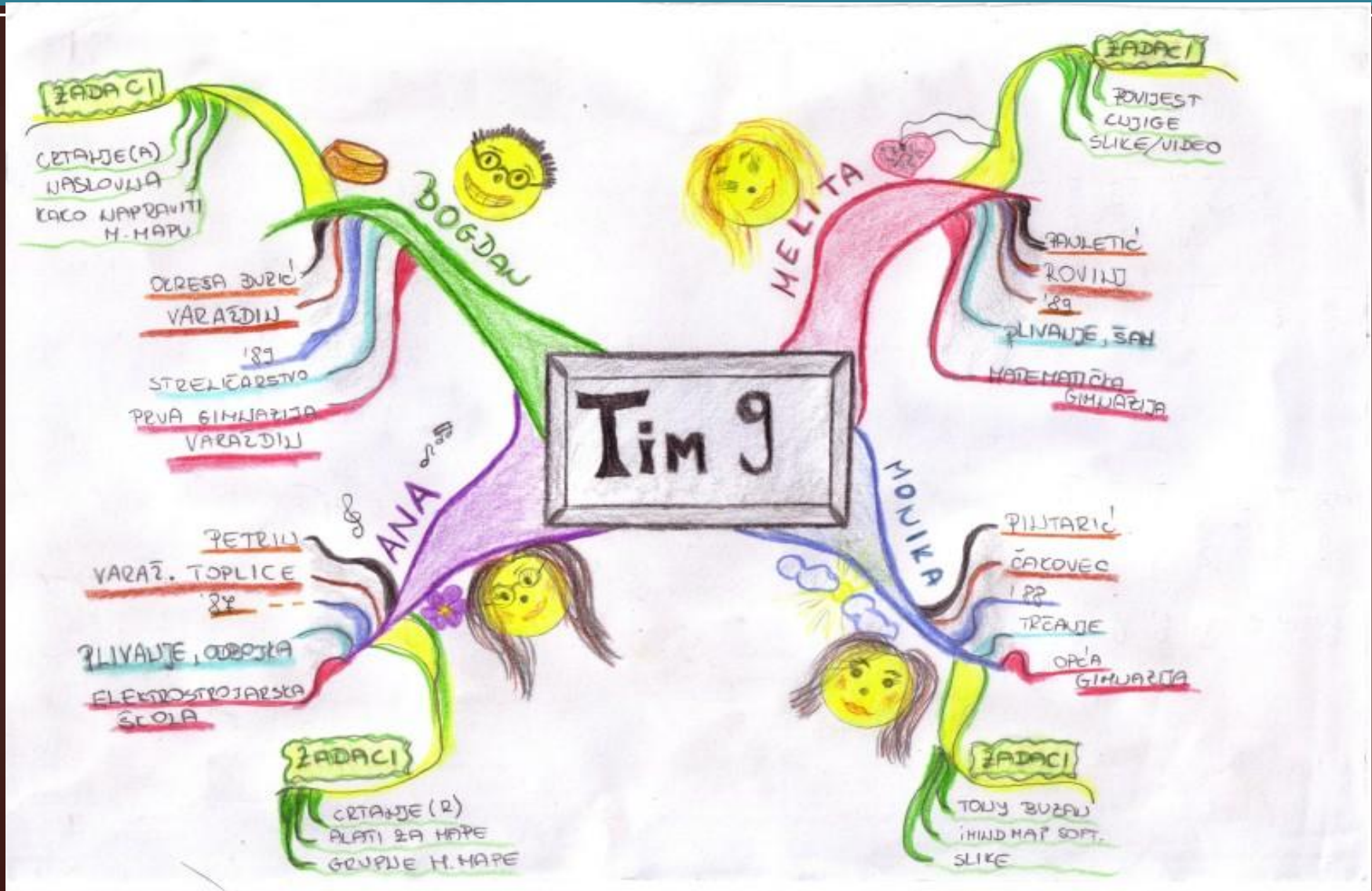
Poticanje samoreguliranog učenja

Mentalne mape - najpopularnija i najraširenija vrsta vizualnih mnemotehnika. Jedan od najefikasnijih načina učenja primjeren radu mozga; individualna prerada gradiva prikazana simbolima, crtežima, riječima, frazama, brojevima, bojom, granama, vezama (svatko prerađuje gradivo na svoj način); u središtu se nacrtava glavni pojam, a onda ga se razrađuje što više slikovito.

Nacrtajte jednu od ovih definicija:

1. Atribut je dodatak imenici kojoj se dodaje da bi je pobliže opisao.
2. Silu kojom Zemlja privlači neko tijelo mase m označavamo obično slovom G i zovemo sila teža.

Poticanje samoreguliranog učenja



Sretno!