



# Učenje je pot za življenje!

Boris Mohorič, ravnatelj

mag. Tadeja Arko Rupar, svetovalna delavka

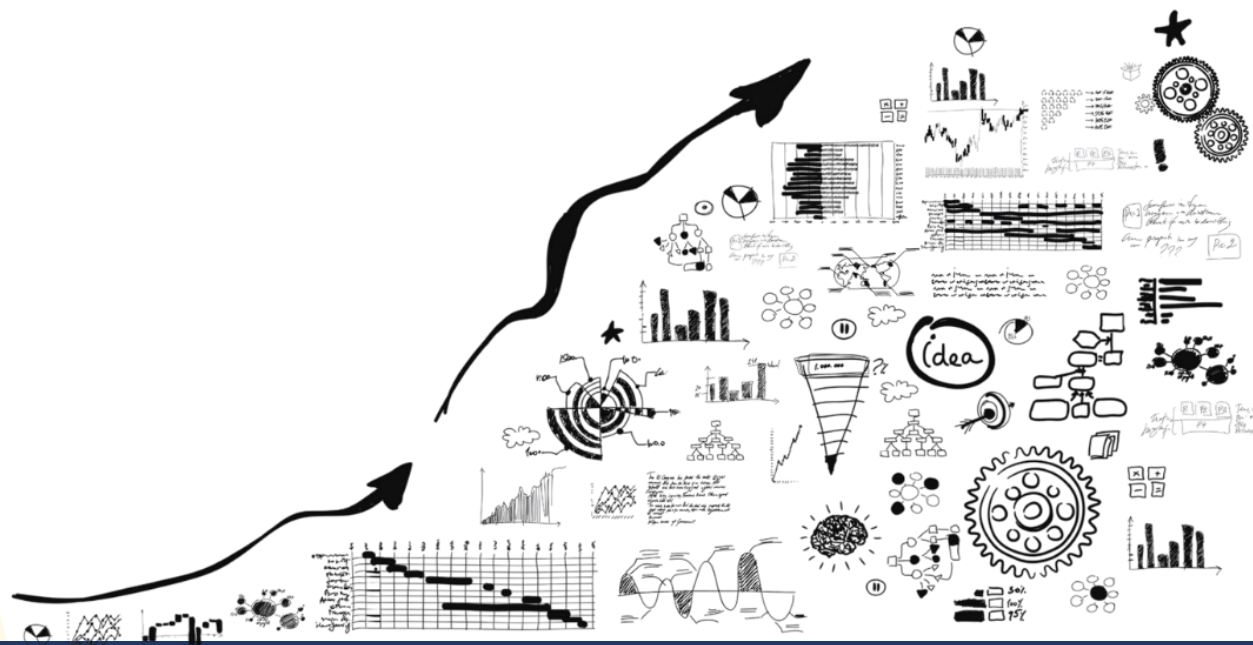
ŠOLA

DOM

UČENEC



UČNI  
USPEH



zbirka rešenih IZZIVOV pri  
pridobivanju  
ZNANJA in VEŠČIN  
v izobraževalnem procesu



**UČNI  
USPEH**

**Učljivost posameznega učenca je posledica številnih dejavnikov:**

- želje po učenju in razumevanju
  - zanimanje za neznano
- pripravljenosti tvegati in odprtosti za to, da nekdo nanj vpliva in ga popravlja
  - povezanosti z učiteljem
  - namenjati pozornost
  - želeli si, da se izkaže
  - imeti željo po delu

...



**UČENEC**



# UČENEC



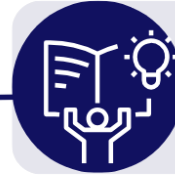
## UČNI USPEH



**UČNE NAVADE**



**UČNI STIL**



**UČNE STRATEGIJE**



**RUTINE, URNIK**



**SKRB ZA SEBE**

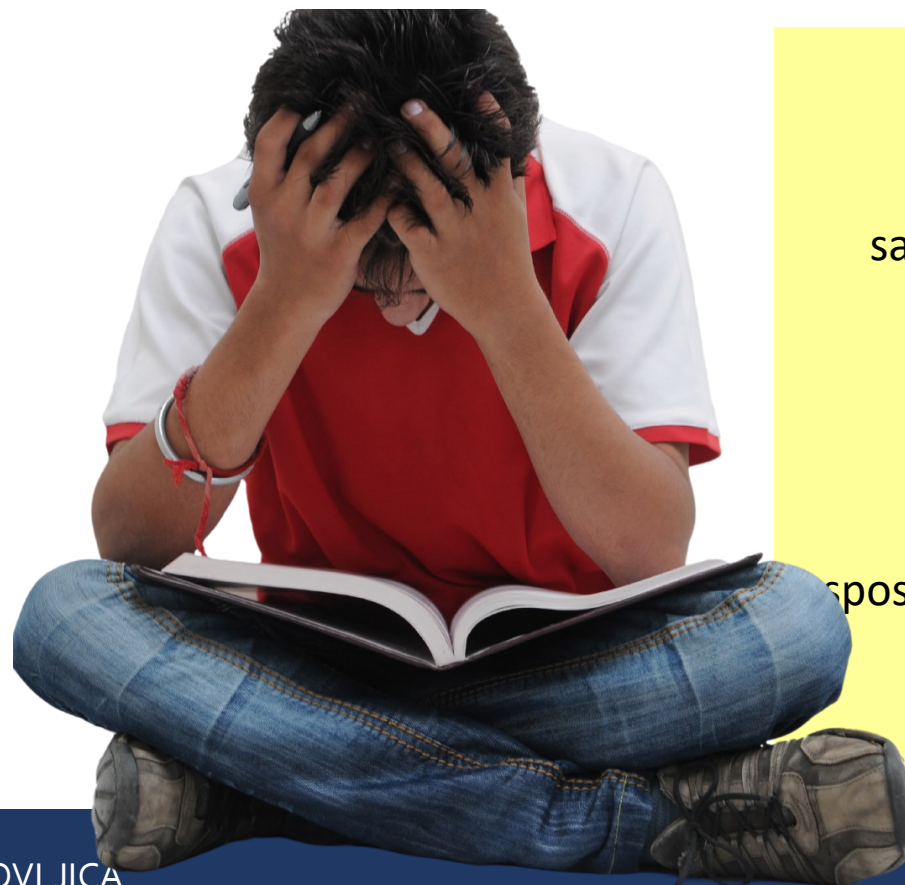
TELESNA AKTIVNOST, SPANJE, PREHRANA, E-ODVISNOST



## UČNE NAVADE

SO VEŠČINE, KI JIH OTROCI RAZVIJAJO OD PRVEGA RAZREDA DALJE  
(tudi pri drugih vsakdanjih opravilih izven šole)

**UČNE TEŽAVE!!**  
pomembno je ugotoviti katere  
veščine potrebujejo okrepitev,  
pomoč ali nadomestilo



natančnost  
organizacija  
postopnost pristopa  
samozavest pri prehajanju ovir  
frustracijska toleranca  
vztrajnost  
načrtovanje  
razmišljanje o rešitvah  
osredotočenost  
sposobnost poslušanja in slišanja  
upoštevanje navodil  
upoštevanje avtoritete  
...

INiSkŠ 267/268





# UČNE NAVADE

ZDRAVILO  
proti pozabljanju

DOMAČE NALOGE

UTRJEVANJE UČNE SNOVI

niso za starše, ampak za učence

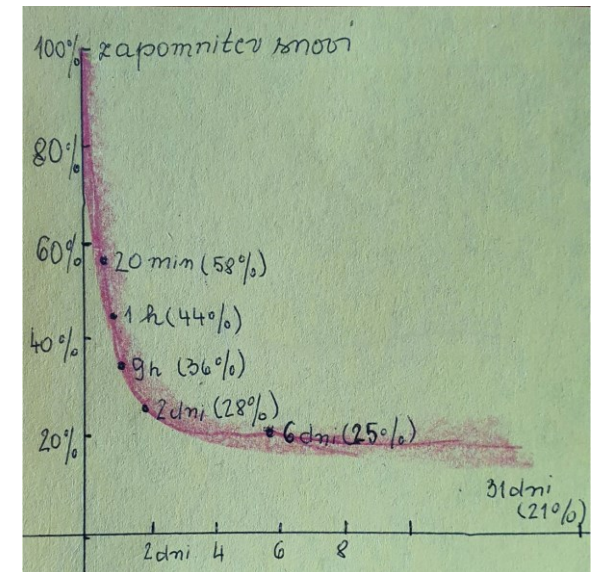
namenjene so ponavljanju in utrjevanju  
učne snovi

KAKO UTRJUJEMO UČNO SNOV pri posameznih predmetih?



matematika – pisanje domačih nalog  
angleščina in drugi tuji jeziki – reševanje nalog  
humanistični predmeti – branje besedila

1. je aktiven pri pouku – posluša, zapisuje, razmišlja, sodeluje
2. še isti dan pregleda v šoli obravnavano snov (5-10min)
3. ponovno pregleda učno snov pred začetkom nove ure
4. ko učitelj sprašuje druge, tudi sam pri sebi odgovarja na vprašanja



precej visoka korelacija med slabim učnim  
uspehom in nedelom domačih nalog





## UČNI STIL

UČNE TEŽAVE!!  
pomembno je ugotoviti kateri  
UČNI STIL učenja je  
najprimernejši



### VIDNI STIL

- pri pouku čim več napiše, besedilo opremi s sličicami
- uporablja barve
- predstavlja si snov v mislih
- uporabi skice in diagrame
- izdelava miselne vzorce, organizatorje...
- ...



### SLUŠNI STIL

- pozorno posluša razlago snovi med poukom
- uči se na glas
- svoje branje ali ponavljanje posname in posluša
- uporablja rime, asociacije
- razlaga snov sošolcem
- v razredu sedi bolj spredaj



### KINESTETIČNI STIL

- med učenjem se giba po prostoru
- snov izpisuje, podčrtuje, pretipka...
- zaigra, poustvari
- dela modele, eksperimente
- ključne informacije izpiše na lističe in si jih nalepi po sobi





Učne strategije, metode in tehnike so orodja in pristopi, ki jih posamezniki uporabljajo za olajšanje učenja in izboljšanje učnih rezultatov.



## UČNE STRATEGIJE

Organizacija domačega dela za šolo je ključnega pomena za učni uspeh!

### POMODORO TEHNIKA UČENJA



štoparico nastavi na 25 min

UČI SE 25 min

naredi 5 minutni ODMOR

ponovi postopek 4x



privošči si daljši odmor 15 - 30 min





Učenje je dinamičen proces.  
Bodite odprti za prilagajanje  
svojih pristopov glede na to, kaj  
deluje in kaj ne.



## UČNE STRATEGIJE

### METODA PV3P

**PRELETI**  
snov, poglavje  
(na hitro  
preglej  
besedilo,  
naslove, slike,  
da sploh veš o  
čem se učiš).

**VPRAŠAJ**  
se (kaj te  
zanima, kaj ne  
veš, kaj bi rad  
izvedel, se  
naučil)

**PREBERI**  
(pozorno  
preberi med  
branjem  
razmišljaj o  
vsebini,  
podčrtaj  
pomembne  
podatke).

**PONOVO  
PREGLEJ**  
(izlušči bistvo,  
zapiši  
pomembne  
podatke)

**POROČAJ**  
(naredi/prebe  
ri zapiske, s  
svojimi  
besedami  
odgovori na  
vprašanja, ki  
si si jih  
zastavil)



Pomembno je, da izberete tiste strategije, metode in tehnike, ki vam pomagajo dosegati najboljše učne rezultate in vas spodbujajo k učenju na način, ki vam je najbolj naraven in učinkovit.



## UČNE STRATEGIJE

### PAUKOVA STRATEGIJA



pripravi  
**PRAZEN  
LIST**  
papirja in  
ga **razdeli**  
na **dve**  
koloni

pozorno  
**PREBERI**  
besedilo

po branju v  
**LEVO  
KOLONO**  
**ZAPIŠI**  
podatke,  
informacije,  
ki so se ti  
zdele  
pomembne

v **DESNO  
KOLONO**  
**ZAPIŠI**  
samo  
ključne  
besede

**LIST  
PREPOGNI**  
(prekrij  
levo  
kolono)

s pomočjo  
**DESNE  
KOLONE**  
ponovi  
besedilo)



rutina navaja otroka na red in disciplino

otroku pomaga da se organizira

rutina navaja otroka na samostojnost, odgovornost

otrok točno ve, kaj ga tisti dan čaka

rutina daje občutek varnosti in zbranosti

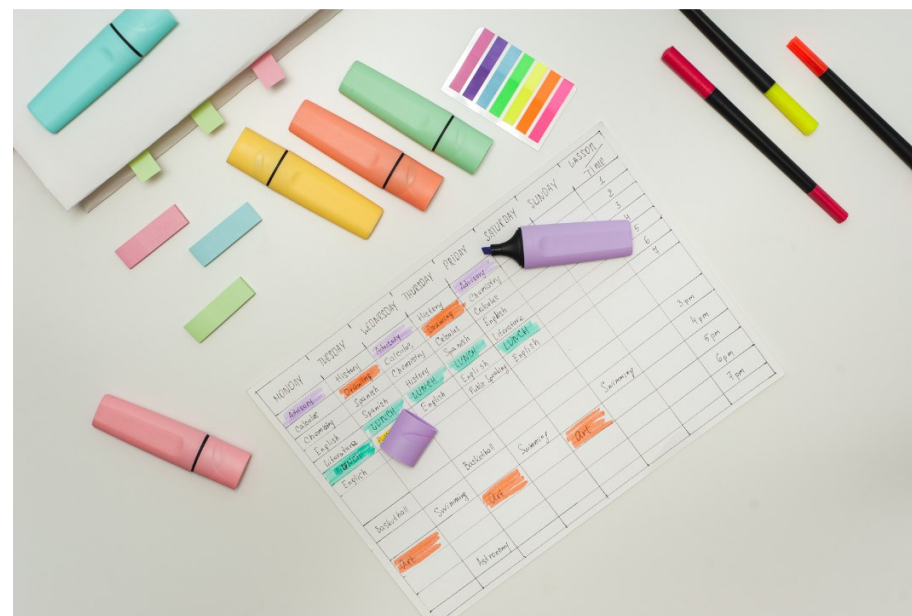
rutina zagotavlja manj stresa

pomaga pri ORGANIZACIJI ČASA



## RUTINE, URNIK

VEČERNA RUTINA  
JUTRANJA RUTINA  
RUTINA DOMAČIH NALOG  
KONTROLNI SEZNAMI



MESEČNI NAČRTOVALNIH ŠOLSKIH  
OBVEZNOSTI



## SKRB ZA SEBE

TELESNA AKTIVNOST, SPANJE, PREHRANA, E-ODVISNOST

### TELESNA AKTIVNOST

Telesna aktivnost je za otroke zelo pomembna, saj prispeva k njihovemu zdravju, razvoju in dobremu počutju.

Hkrati je telesna dejavnost pomembna kot sprostitevna aktivnost med napornim delom za šolo. Otroci potrebujejo predvsem gibanje na prostem, na svežem zraku.

**STARŠI SMO POMEMBEN  
ZGLED**



# UREJENO SPANJE



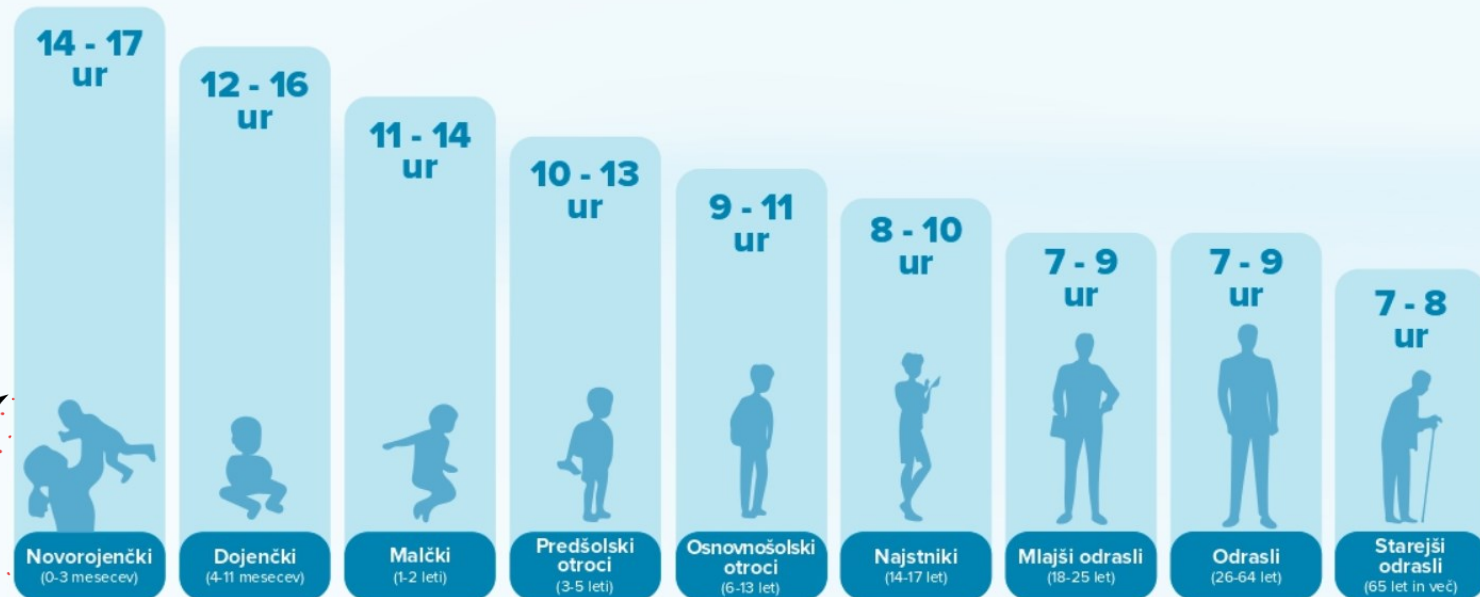
## SKRB ZA SEBE

TELESNA AKTIVNOST, SPANJE, PREHRANA, E-ODVISNOST

### PRIPOROČENA DOLŽINA SPANJA PO STAROSTNIH SKUPINAH\*

\*velja za zdrave osebe

Vir: - National Sleep Foundation, 2015  
- Svetovna zdravstvena organizacija, 2019



Pri najmlajših otrocih priporočena dolžina spanja vključuje dnevne počitke glede na potrebe.

STARŠI SMO POMEMBEN  
ZGLED



# URAVNOTEŽENA PREHRANA



## SKRB ZA SEBE

TELESNA AKTIVNOST, SPANJE, PREHRANA, E-ODVISNOST

**STARŠI SMO POMEMBEN  
ZGLED**


Zdrava prehrana je še posebej pomembna v obdobju odraščanja, saj prehranske navade otrok v tem obdobju vplivajo na način prehranjevanja tudi v kasnejšem življenjskem obdobju in s tem na zdravje v odrasli dobi.





# SKRB ZA SEBE

TELESNA AKTIVNOST, SPANJE, PREHRANA, E-ODVISNOST

Starost	Čas pred zaslonom <small>v prostem času</small>	Namesto zaslona
0-2 leti	→ brez zaslonov!	 Otroka pomirimo, uspavamo, hranimo in ga zabavamo s svojo prisotnostjo. Skupaj gledamo slikanice, beremo, prepevamo, se igramo, ustvarjamo. Otroku omogočimo veliko gibalne in domišljajske igre ter raziskovanja v fizičnem okolju v družbi drugih otrok.  Spodbujamo pristne medosebne stike in druženje z vrstniki v živo. Pogovarjamo se o pasteh, možnih zlorabah in varovanju zasebnosti na spletu ter kje poiskati pomoč.
2-5 let	→ manj kot eno uro na dan → v navzočnosti staršev in sorazmerno starosti	
6-9 let	→ prva triada osnovne šole → največ eno uro na dan	
10-12 let	→ druga triada osnovne šole → največ eno uro in pol na dan	
13-18 let	→ tretja triada osnovne šole in srednja šola → največ dve uri na dan	

Otrok naj ne bo lastnik pametnega telefona ali tablice.

## TELEFONI, RAČUNALNIKI ...

Otroci **do 12. leta naj NE bodo lastniki telefonov in računalnikov**, lahko pa jih uporabljajo pod vodstvom staršev.  
(Špela Reš – Logout)

Spoštujmo zasebnost otrok na internetu!

manj = boljše

Razmnoževanje in deljenje vložnega kartončka je dovoljeno in zaželeno, maj 2021.



ŠE MISEL ZA ZAKLJUČEK ...

**KDOR SE ZNA UČITI, ZNA DOVOLJ.**

(Henry Brooks Adam)





... in nekaj uporabne literature

