



PRIPOROČILA ŠTUDENTOM ZA UČINKOVITO UČENJE

prof. dr. Vlasta Novak Zabukovec, asist. dr. Vesna Jug

Koper, junij 2022



ZUNANJJI DEJAVNIKI USPEŠNEGA UČENJA

Fizikalni

Izvirajo iz neposrednega učnega okolja (osvetljenost, hrup, temperatura, urejenost učnih pripomočkov, opremljenost in oblikovanost prostora za učenje).

Socialni

Izvirajo iz ožjega in širšega učenčevega družbenega okolja, najprej iz družine, nato iz šole in širšega okolja.



NOTRANJJI DEJAVNIKI USPEŠNEGA UČENJA



Fiziološki

Izvirajo iz učenčevega telesnega stanja, zdravja in počutja (stanje čutil, živčevja, zdravstveno stanje, senzomotorična koordinacija ...).

Psihološki

Izvirajo iz učenčeve duševnosti (sposobnosti, kognitivni stil in kognitivna struktura, učne navade, spretnosti in metode, motiviranost za učenje, osebnostne lastnosti).

UČNA MOTIVACIJA

Motivacija

= vsi procesi spodbujanja, usmerjanja in ohranjanja telesnih in duševnih dejavnosti z namenom, da bi uresničili cilj

Pomembna za uspešno učenje - usmerjanje energije v doseganje zastavljenih učnih ciljev in pri tem vztrajati.

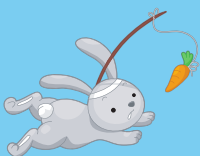
Učna motivacija

= skupen pojem za vse vrste motivacij v učni situaciji

Obsega vse, kar daje pobude za učenje, ga usmerja, mu določa intenzivnost, trajanje in kakovost.



ZUNANJA MOTIVACIJA



- Učenje zaradi zunanjih posledic, ki niso nujen del same dejavnosti.
- Učenje je tako sredstvo za doseganje pozitivnih in izogibanje negativnim posledicam.
- Običajno ni trajna (če vir podkrepitve izgine, dejavnost preneha).
- Pogosto povezana s pritiski, nizkim samospoštovanjem in zaskrbljenostjo.

NOTRANJA MOTIVACIJA

- Cilj delovanja je v dejavnosti sami, vir podkrepitve je v nas.
- Proces pogosto pomembnejši od rezultata in je sam po sebi vir zadovoljstva.
- Trajna (vztraja tudi ob odsotnosti zunanje kontrole in podkrepitev).
- Kakovostnejša dejavnost, boljši rezultati.
- Povezana s spontanostjo, ustvarjalnostjo, užitkom, širjenjem interesov ...



NAČINI USTVARJANJA ZNANJA

Transmisija
prenašanje
zaključnega
znanja

Kar mi povedo, se naučim. Ne razmišljam o izkušnjah.

Transakcija
interakcije med
virom in
posameznikom

Besedilo posebej označujem, iščem še druge vire, poiščem nekoga, s komer lahko razpravljam.

Transformacija
aktivno
po/ustvarjanje
znanja

Razmislim, kaj o tem že vem, priključem svoje izkušnje, spremljam nove vsebine in jih povežem s tistim, kar že vem.

BRANJE JE KLJUČNO ZA USPEŠNO UČENJE



- **Bralna pismenost** je osnova vsem pismenostim: informacijski, medijski, digitalni, zdravstveni, ekološki idr.
- Raziskave potrjujejo, da dobri bralci dosegajo **boljše učne rezultate**.
- Razvijanje raznolikih bralnih strategij in njihova prožna uporaba vodita v **učinkovito branje**.

STRATEGIJA PV3P

Preleteti gradivo

- Preberem naslov in si poskušam predstavljati, o čem bo besedilo govorilo.
- Usmerim pozornost na podnaslove in tako dobim vpogled v strukturo besedila.
- Pregledam slike, grafe in drugo slikovno gradivo ter preberem napise pod tem gradivom.

Vprašati se

- Naredim seznam vprašanj, na katera bi želel/a dobiti odgovor.
- Naredim napoved, o čem bo besedilo (verjetno) govorilo.

Prebrati

- Uvodni stavek preberem zelo pozorno.
- Po prebranem prvem odstavku dopolnim svojo listo vprašanj, če se mi to zdi potrebno.
- Z očmi samo preletim manj pomembne dele besedila.

Ponovno pregledati

- Pojasnim pomen novih, neznanih besed.
- Poiščem bistvene, ključne točke.

Poročati

- Odgovarjam na lastna vprašanja.
- Odgovarjam na vprašanja, ki lahko sprašujejo po bistvu, podrobnostih itd.
- Napišem kratek povzetek.



BRANJE

Samoregulacijske strategije



UPORABA E-KNJIG V IZOBRAŽEVANJU

Lahko se uporablja različna tehnologija: računalniki, tablice, pametni telefoni ...

Interaktivnost e-knjige:

- Prilagajanje besedila (velikost, odseki ...)
- Označevanje besedila
- Pisanje opomb
- Dopolnjevanje s slikami
- Prilagojeno osebam s posebnimi potrebami (dislektiki)



BRALNE STRATEGIJE - PRIMERJAVA TISKANE IN E-KNJIGE

Drugače pri e-besedilu

- Način predavitve in organiziranja informacij.
- Integracija besedila z drugimi vrstami predavitve.
- Slabša predstava o količini besedila.
- Stik samo z deli informacij.
- Navigacija po besedilu je ena ključnih strategij.

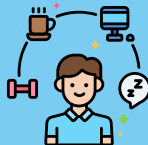
Enako

- Prepoznavna besed in razumevanje.



ORGANIZACIJA DNEVA

- Vzpostavitev **rutine** – občutek varnosti, stabilnosti oz. nadzora nad svojim življenjem.
- Dosledno **opravljanje študijskih obveznosti** – skladno z urnikom – poveča se občutek učinkovitosti.
- Skrb za **sprostitev**: športne aktivnosti, joga, meditacija, sprehodi, glasba, petje, ples, filmi, knjige, pogovori ...
- Skrb za **ustrezno prehrano**: NE predelana hrana, sladkorji, kava, alkohol ali druge škodljive substance ...
- Zadostna količina **spanja**: od 6 do 8 ur!
- „**Bolezen prostega časa**“: če imamo preveč prostega časa, ki ni osmišljen, se pojavijo: naveličanost, nezadovoljstvo, žalost, pomanjkanje energije, razdražljivost ...



NEKAJ NAMIGOV ZA ŠTUDIJ



- Uravnajte uporabo digitalnega in tiskanega gradiva
- Uporabljajte barve
- Pišite, rišite, ustvarjajte
- Govorite – obnavljajte glasno
- Reflektirajte učni proces
- Gibajte se!
- Zdravo se prehranjujte!

