

# KAKO DO DOBRIH DELOVNIH NAVAD?

---

JUDITA RUPNIK, PROF. SPEC. IN REH. PED.



REPUBLIKA SLOVENIJA  
MINISTRSTVO ZA IZOBRAŽEVANJE,  
ZNANOST IN ŠPORT



CENTER ZA STROKOVNO POMOČ IN PODORO  
OTROKOM IN MLADOSTNIKOM S POSEBNIMI  
POTREBAMI IN NJIHOVIM DRUŽINAM



EVROPSKA UNIJA  
EVROPSKI  
SOCIALNI SKLAD  
NALOŽBA V VAŠO PRIHODNOST

- 
- Kaj je NAVADA? – Kar zaradi ponavljanja dobi ustaljeno obliko.

Če želimo pri otroku razviti dobre navade, moramo **VELIKO PONAVALJATI**.

Starši naj si prizadevajo, da dosežejo čim večjo samostojnost pri opravljanju šolskih aktivnosti doma.

S tem vplivamo tudi na boljšo samopodobo učencev, saj le-ti dobijo občutek kontrole nad svojimi obveznostmi. Poleg tega so starši s tem manj obremenjeni z nudenjem stalne pomoči učencem doma.

# NEKAJ ZAČETNIH NAPOTKOV

---

- Verjemite, da vaš otrok lahko mnogo stvari stori sam. Dajte mu prostor in čas, da bo lahko samostojen.
- Otroku nudite ravno pravšnjo mero pomoči, ne preveč in ne premalo. Vprašajte ga, kaj lahko naredi sam in kje potrebuje pomoč.
- Bodite pozorni na stvari, ki jih otrok naredi dobro, in ga zanje pohvalite.
- Bodite zadovoljni z majhnimi napredki, saj mali koraki vodijo do spremembe.

# ORGANIZIRAJMO PROSTOR

Za učenje potrebujemo mir in dobro počutje, zato naj si otrok uredi prostor tako, da se dobro počuti.

Dobro organiziran prostor bo otroku omogočil, da bo pri delu učinkovit. V urejenem okolju z malo motečih dejavnikov se bo lažje zbral.

Dobro je, da otrok šolsko delo opravlja v istem prostoru na istem mestu.

Vse kar potrebuje za šolo, naj bo shranjeno na enem mestu.



---

Na mizi naj bodo le pripomočki, ki jih otrok takrat potrebuje.

Med delom za šolo učenec nima poleg sebe telefona, TV je ugasnjen, računalnik uporablja, le takrat, ko je to potrebno za šolsko delo.

V prostoru naj bo dovolj svetlobe in svežega zraka.



# ZA LAŽJE ČASOVNO NAČRTOVANJE

Otrok naj ugotovi, koliko časa običajno porabi za delo pri posameznih predmetih.

Pomaga si lahko tako, da en teden vsak dan zabeleži, koliko časa je porabil za posamezen predmet. Ob koncu tedna ugotovimo povprečen čas.

Matematika	Slovenščina
Čas: _____	Čas: _____
Pon: _____	Pon: _____
Tor: _____	Tor: _____
Sre: _____	Sre: _____
Čet: _____	Čet: _____
Pet: _____	Pet: _____
Za matematiko običajno porabim: _____	Za slovenščino običajno porabim: _____

Naravoslovje	Družboslovje
Čas: _____	Čas: _____
Pon: _____	Pon: _____
Tor: _____	Tor: _____
Sre: _____	Sre: _____
Čet: _____	Čet: _____
Pet: _____	Pet: _____
Za naravoslovje običajno porabim: _____	Za družboslovje običajno porabim: _____

# POHVALIMO, NAGRADIMO OTROKOV TRUD

---













Otroka spodbujajte, da se drži načrtovanih urnikov, pravil.

Pohvalite njegov trud in ga po določenem časovnem obdobju nagradite (najprej ob koncu tedna, nato vsaka dva tedna, ob koncu meseca).

# ČE VAŠ OTROK TEŽKO PRIČNE S ŠOLSKIM DELOM

Lahko mu pripravimo kontrolni seznam.  
Na začetku ga pregleda skupaj s starši,  
navajamo ga na to, da ga pregleda sam in v  
Največji možni meri sam začne s šolskim  
delom.

**DOMAČA NALOGA – TUKAJ SEM!**

- Pospravim  → 
- Ugasnem  ,  , 
- Prinesem  in 
- Pogledam v  , kaj imam za DN.
- Pripravim  ,  in naredim DN.
- v  naredim 



# ČE VAŠ OTROK TEŽKO OSTANE OSREDOTOČEN NA DELO

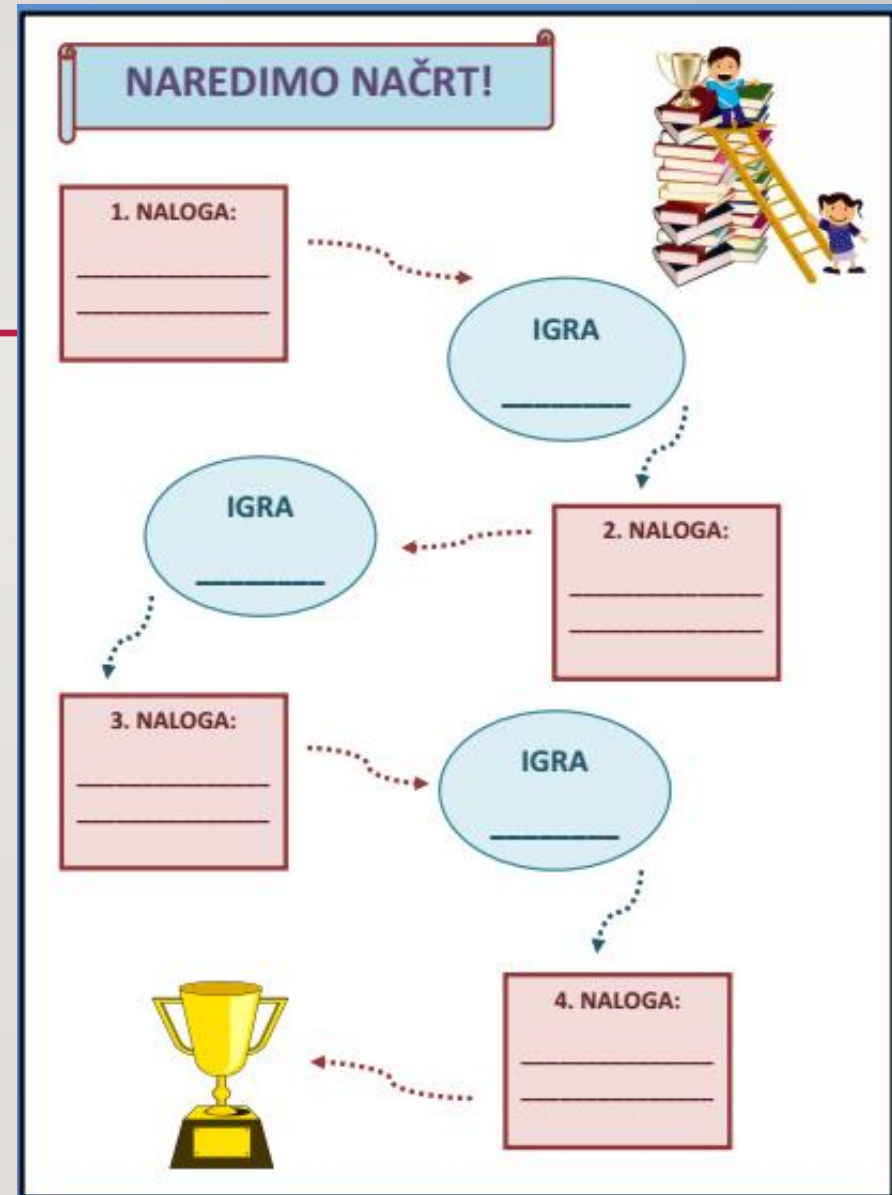
Učenje razdelimo na krajše dele in vmes naredimo nekaj krajših odmorov (5 min).

Skupaj z otrokom naredimo načrt dela. Delo razdelimo na štiri dele, vmes pa damo tri odmore po 5 minut.

Načrt zapišemo v shemo.

Med odmori načrtujemo kratke aktivnosti (pijem vodo, naredim 10 počepov ...)

Po odmoru, ki je daljši od 5 minut, se lahko zgodi, da bo imel otrok več težav s ponovno vzpostavitvijo koncentracije.



# VIRI

---

- Funa, K. SOS! Naučite mojega otroka, kako naj se organizira. Educa, letnik 2016
- Camloh, M., Krstulović, A., Milavec, N., Štular, M. Kako doseči samostojnost otroka pri opravljanju šolskih aktivnosti doma? Pedagoška fakulteta Ljubljana, 2016.
- Jagerič, Ž., Meh, M., Rutar, N. Mami, oči, berimo skupaj. Pedagoška fakulteta Ljubljana, 2016.
- Lečnik, A., Schweiger, S., Šuštaršič, M. Priročnik za učence z disleksijo. Pedagoška fakulteta Ljubljana, 2015.