



HRVATSKO
KATOLIČKO
SVEUČILIŠTE
ZAGREB
UNIVERSITAS
STUDIORUM
CATHOLICA
CROATICA
ZAGREBIA

Urednica
Barbara Balaž



Kako učiteljima, učenicima i roditeljima olakšati snalaženje u okruženju nastave na daljinu?

Priručnik za stručne suradnike osnovnih i srednjih škola

**Kako učiteljima, učenicima i roditeljima olakšati snalaženje u
okruženju nastave na daljinu?**

Priručnik za stručne suradnike osnovnih i srednjih škola

Urednica Barbara Balaž

**Kako učiteljima, učenicima i roditeljima olakšati snalaženje u okruženju
nastave na daljinu?**

Priručnik za stručne suradnike osnovnih i srednjih škola

Nakladnik

Hrvatsko katoličko sveučilište

Za nakladnika

prof. dr. sc. Željko Tanjić

Recenzenti

prof. dr. sc. Majda Rijavec
izv. prof. dr. sc. Marina Merkaš

Urednica

Barbara Balaž, mag. psych.

Lektura i korektura

doc. dr. sc. Filip Galović
Martina Cegledi

Grafička priprema i tisak

Grafomark d. o. o., Zagreb

Naklada

e-Pub

ISBN 978-953-8014-57-4 (tiskano izdanje)
ISBN 978-953-8014-58-1 (elektroničko izdanje)

Copyright © 2021 Hrvatsko katoličko sveučilište

Kako učiteljima, učenicima i roditeljima olakšati snalaženje u okruženju nastave na daljinu?

Priručnik za stručne suradnike
osnovnih i srednjih škola



HRVATSKO
KATOLIČKO
SVEUČILIŠTE
ZAGREB
UNIVERSITAS
STUDIORUM
CATHOLICA
CROATICA
ZAGRABIA

Zagreb, 2021.

Urednica i autori

Urednica

Barbara Balaž asistentica je na Odjelu za psihologiju na Hrvatskome katoličkom sveučilištu od 2015. Sudjeluje u izvođenju nastave na preddiplomskome studiju na predmetima *Neeksperimentalna kvantitativna metodologija*, *Praktikum iz metodologije* i *Pozitivna psihologija* te na diplomskome studiju na predmetu *Psihologija obrazovanja*. Od 2017. doktorandica je na Poslijediplomskome doktorskom studiju psihologije na Filozofskome fakultetu Sveučilišta u Zagrebu. Njezini su znanstveni interesi primarno usmjereni na istraživanje odrednica i ishoda akademskih emocija kod učenika. Do sada je objavila šest znanstvenih radova te sudjelovala na šesnaest domaćih i međunarodnih znanstvenih skupova.

Autori

Autori su ovoga priručnika studenti 1. godine diplomskoga sveučilišnog studija Psihologija na Hrvatskome katoličkom sveučilištu u akademskoj godini 2020./2021. koji su u nastavku navedeni abecednim slijedom.

Marijana Bagarić
Patricia Bastalec
Petra Belec
Ana Beroš
Marta Bičanić
Matea Bogdan
Marija Bogović
Stella Celić
Nikolina Čoko
Domagoj Čondrić
Marija Čuk
Nathaniel Duketis
Marta Faltak
Patrik Grubor
Karmela Hohnjec
Klara Hrvatinić
Nikolina Jakovljević
Maja Jalušić
Ivona Jelačić
Veronika Jurišić
Kim Kosanović
Rej Kovačević
Erik Augustin Mamić
Gabrijela Matković

Magdalena Novosel
Nikola Novosel
Matea Pavičić
Mate Pešut
Ena Pipal
Andrija Piskać
Leina Radusinović
Marta Ramljak
Marija Rusan
Mislav Staničić
Nikolina Strinavić
Marlena Subotić
Marina Sunara
Sara Šopar
Sara Šparavac
Tena Špiljak
Luka Štefanić
Maria Šurina
Božo Vodopija
Marta Vrgoč
Petra Zlatar
Petar Znaor
Dora Zrinski Petrović

Sadržaj

Predgovor	9
Smjernice za učitelje	11
Kako učitelji mogu uspješno upravljati virtualnom učionicom i ostvariti pozitivnu radnu atmosferu?	13
Kako učitelji mogu potaknuti učenike na aktivno sudjelovanje i rad tijekom nastave na daljinu?	26
Kako učitelji mogu učiniti nastavu na daljinu zabavnom i zanimljivom?	37
Kako učitelji mogu procjenjivati i vrednovati učeničko znanje tijekom nastave na daljinu?	48
Smjernice za učenike	61
Kako učenici mogu motivirano i usredotočeno pratiti nastavu na daljinu?	62
Kako se učenici mogu motivirati za učenje tijekom nastave na daljinu?	71
Što učenike može potaknuti na izbjegavanje akademski nepoštenog ponašanja tijekom nastave na daljinu?	80
Kako učenici mogu održavati prijateljstva na daljinu?	87
Smjernice za roditelje	93
Organizacija je pola posla! Kako roditelji mogu uskladiti radne i obiteljske obaveze tijekom nastave na daljinu?	94
Kako se roditelji mogu uključiti u obrazovanje svog djeteta tijekom nastave na daljinu?	103
Kako roditelji mogu motivirati svoje dijete za učenje tijekom nastave na daljinu?	116
Kako roditelji mogu organizirati izvannastavne aktivnosti kod kuće?	127

Predgovor

Obrazovni sustav na koji smo se svi naviknuli i koji nam je bio toliko poznat izmijenio se gotovo preko noći početkom 2020. U relativno kratkome periodu cijeli svijet, pa tako i Hrvatska, bili su suočeni s pandemijom bolesti COVID-19 uzrokovane novim koronavirusom SARS-CoV-2. Sudjelovanje na nastavi i ostalim školskim aktivnostima od kuće bio je poprilično nezamisliv scenarij sve do trenutka dok se cijeli obrazovni sustav, pod pritiskom širenja pandemije, nije prebacio na daljinu i nešto nezamislivo učinio dijelom naše svakodnevice.

U tome periodu naglih promjena i velike neizvjesnosti svi dionici obrazovnoga sustava imali su različita pitanja i nedoumice o tome kako se snaći u novome okruženju. Sva znanja i vještine koje učitelji posjeduju trebalo je istoga trenutka prilagoditi i primijeniti na *online* platforme kako bi se obrazovanje učenika neometano nastavilo. Učenici su se iz školskih klupa prebacili u svoje domove, gdje su okruženi ostalim članovima obitelji morali sudjelovati u nastavi. Roditelji, koji su također većinom prešli na rad od kuće, našli su se u jedinstvenoj situaciji. Trebali su neometano nastaviti sa svojim poslom usred vlastita doma, također u okruženju ostalih ukućana te pritom organizirati neometano školovanje svoje djece. Dom je većine ljudi postao višenamjenski prostor u kojemu je trebalo pomiriti poslovne, školske, fakultetske i kućanske obaveze. Ovaj kratak opis može djelomično dati uvid u kojim su se sve izazovima našli učitelji, učenici i roditelji u ožujku 2020.

Povratkom na Sveučilište u listopadu 2020. razvila se ideja o tome da zajedno sa studentima 1. godine diplomskoga sveučilišnog studija Psihologija u okviru predmeta *Psihologija obrazovanja* na neki način doprinesemo cjelokupnoj situaciji. Odlučili smo se za pripremu priručnika u kojemu bismo kroz različite relevantne teme ponudili smjernice učiteljima, učenicima i roditeljima za lakše snalaženje u okruženju nastave na daljinu. Od pregršt tema odabrali smo one za koje nam se činilo da su svakoj od ciljanih skupina najrelevantnije u ovome periodu te smo kroz cijelu akademsku godinu po grupama razrađivali svaku od njih.

U završnoj fazi pripreme priručnika i u dogovoru s recenzenticama shvatili smo kako su stručni suradnici upravo prve osobe kojima se učitelji, učenici i roditelji mogu obratiti u slučaju suočavanja s izazovnim situacijama te zaključili da je najprimjerenije namijeniti priručnik upravo njima. S obzirom na to da stručni suradnici najbolje poznaju učitelje, učenike i roditelje u osnovnim i srednjim školama, u priručniku mogu pronaći smjernice namijenjene određenoj ciljanoj skupini, ali ih isto tako

moгу i prilagoditi kako bi odgovarale specifičnim potrebama škola u kojima rade.

Priručnik je, stoga, organiziran u tri cjeline unutar kojih se obrađuju po četiri teme namijenjene učiteljima, učenicima, odnosno roditeljima. Prva je cjelina namijenjena učiteljima i sadrži sljedeće smjernice: uspješno upravljanje virtualnom učionicom, poticanje učenika na aktivno sudjelovanje u nastavi na daljinu, organizacija zanimljive nastave na daljinu te procjenjivanje i vrednovanje znanje učenika u virtualnom okruženju. U drugoj se cjelini nalaze smjernice za učenike. One se odnose na povećanje motiviranosti i usredotočenosti za praćenje nastave na daljinu, povećanje motivacije za učenjem, izbjegavanje akademski nepoštenoga ponašanja te održavanje prijateljstava na daljinu. U zadnjoj se cjelini mogu pronaći smjernice za roditelje. Te smjernice uključuju usklađivanje privatnih i poslovnih obaveza u periodu nastave na daljinu, uključivanje u obrazovanje svoje djece, poticanje motivacije za učenje kod djece tijekom nastave na daljinu te organizaciju izvannastavnih aktivnosti kod kuće. Svaka je tema obrađena vodeći se istom strukturom. U prvome je dijelu opisana teorijska podloga i istraživanja u okviru određene teme iz kojih proizlaze smjernice opisane u drugome dijelu. Prije zaključka opisuju se načini na koji navedene smjernice već sada funkcioniraju i u okruženju klasične nastave ili se pak mogu tome prilagoditi.

Na koncu bih dodala da bi nas iznimno razveselilo da ovaj priručnik stigne do što većega broja stručnih suradnika u osnovnim i srednjim školama te da posluži svojoj svrsi. Nadamo se da će stručni suradnici u njima pronaći korisne smjernice koje mogu ponuditi učiteljima, učenicima i roditeljima škola u kojima rade, a sve u svrhu što lakšega i uspješnijega snalaženja u okruženju nastave na daljinu.

Barbara Balaž

Smjernice za učitelje



U naredna četiri poglavlja ponuđene su smjernice za učitelje vezane za:

- uspješno upravljanje virtualnom učionicom,
- poticanje aktivnoga sudjelovanja učenika u nastavi na daljinu,
- pripremu zanimljive nastave na daljinu,
- vrednovanje znanja na daljinu.

Napomene:

Zbog jednostavnosti i jasnoće pisanja izraz se učitelj koristi za učitelje razredne nastave i učitelje predmetne nastave u osnovnim školama te strukovne učitelje i nastavnike u srednjim školama.

U priručniku su navedene izjave učitelja, učenika i roditelja o pojedinim temama pod pseudonimom zbog očuvanja privatnosti.

Kako učitelji mogu uspješno upravljati virtualnom učionicom i ostvariti pozitivnu radnu atmosferu?

Ana Beroš, Marija Bogović, Nikolina Strinavić,
Dora Zrinski Petrović

Uvod

Podučavanje se definira kao proces razmjene znanja i iskustva, kako formalnog tako i neformalnog, koji može i ne mora biti strukturiran, ali kako bi bio učinkovit treba biti organiziran (Biswas i Nandi, 2020). Tradicionalni se načini obrazovanja kroz vrijeme postupno zamjenjuju modernijima. Za takvu je promjenu važna priprema kako bi se pružila odgovarajuća struktura i uspješna koordinacija između obrazovnih institucija i zajednice (Biswas i Nandi, 2020). Nažalost, naglom pojavom pandemije bolesti COVID-19 takva organizirana provedba jest onemogućena. U mnogim zemljama uopće nije postojao plan postavljanja virtualnog učenja, već se to nametnulo kao jedina opcija (Mathew, 2020). Zbog hitnosti na raspolaganju su ostali ograničeni kapaciteti za planiranje i prilagodbu te se postojeći nastavni sadržaj, koji je bio predviđen za prenošenje učenicima licem u lice, jednostavno premjestio na *online* platforme u takozvane virtualne učionice (Bowles i Sendall, 2020).

Virtualne učionice

Virtualne su učionice mrežna okruženja za učenje koja se mogu zasnivati na internetu i kojima se može pristupiti putem portala ili softverske baze (Biswas i Nandi, 2020). Glavne karakteristike virtualnih učionica jesu lako dostupno učenje koje je povoljno, prilagodljivo potrebama i vremenu učenika te praktično. S obzirom na nagli prelazak nastave iz klasičnih u virtualne učionice, postavlja se pitanje koliko su ta dva okruženja slična.

Jaffee (2003, prema Mathew, 2020) tvrdi kako je okruženje klasične učionice potpuno drugačije od virtualnih učionica u kojem učenici nisu spremni pohađati nastavu na isti način kao što bi u klasičnoj učionici na koju su naviknuti. Također, niti učitelji ne mogu na isti način slijediti tehnike upravljanja razredom koje koriste u fizičkoj učionici. U fizičkoj učionici učitelji koriste i modificiraju mnoge nastavne metode kako bi što djelotvornije komunicirali s učenicima, a što je u velikoj mjeri ograničeno

tijekom nastave na daljinu. Nadalje, virtualne učionice imaju svoje nedostatke kao što su ograničenost u prepoznavanju neposrednih odgovora učenika, nepotpuna primjena pedagoških teorija, nemogućnost korištenja različitih strategija poučavanja kako bi doprijeli do svakog učenika i slično (Mathew, 2020). S druge strane, virtualne učionice nose i brojne prednosti kao što su štednja vremena i novaca, jednostavna kategorizacija nastavnih materijala, dostupnost, očuvanje prirodnih resursa kroz štednju papira te uključivanje različitih metoda procjene (Biswas i Nandi, 2020).

S obzirom na sve navedeno, jasno je kako se klasično i virtualno okruženje nastave razlikuju te je prelaskom u virtualne učionice potrebna prilagodba kako učitelja, tako i učenika. Pritom su za uspješnost procesa prilagodbe nužna nova saznanja o uspješnom upravljanju virtualnom učionicom te načinima održavanja primjerenih ponašanja učenika. U nastavku su navedene smjernice koje možete predložiti učiteljima te im tako pomoći u uspješnom upravljanju virtualnom učionicom i stvaranju pozitivne radne atmosfere.

Smjernice učiteljima za uspješno upravljanje virtualnom učionicom

„Smatram da je veliki problem provođenja nastave na daljinu to da profesori jako olako shvaćaju nastavu na daljinu. Na nastavu dolaze manje organizirani te imam osjećaj kako se jednostavno ne posvećuju nastavi jednakim intenzitetom kao što su to radili u učionici.”

Lana, 4. razred srednje škole

Iako se nastava na daljinu u mnogočemu razlikuje od klasičnog oblika nastave na koji smo se svi naviknuli, dobra stara poznata izreka da je dobra organizacija pola posla možda je važnija nego ikad. Uz to što je važno isplanirati koji ćete nastavni sadržaj izložiti učenicima, važno je i unaprijed isplanirati na koji se način može postići pozitivna radna atmosfera u virtualnoj učionici.

Napravite dobar nastavni plan

Prvi korak u uspješnom upravljanju virtualnom učionicom jest unaprijed osmišljen, dobar nastavni plan koji će sadržavati jasne nastavne ciljeve, aktivnosti za učenike te načine njihova vrednovanja (Sriharan, 2020). Kako biste uspjeli u tome, promišljeno razradite nastavni plan, odredite jasne prioritete te imajte realna očekivanja od svojih učenika. Pri tom je potrebno procijeniti koji je nastavni sadržaj prigodan za sinkrono,

a koji za asinkrono učenje. Sinkrono je učenje vrsta učenja koja se odvija u stvarnom vremenu, a uključuje interakciju između učitelja i učenika u virtualnoj učionici (Vuković, 2020), primjerice kada predajete nastavnu jedinicu, a učenici pritom slušaju i prate te raspravljaju o gradivu. S druge strane, asinkrono je učenje ono učenje putem materijala koje podijeli učitelj, učenik im pristupi u vremenu kad njemu najbolje odgovara, a učitelj nije prisutan dok učenik izvršava školske obveze. To bi primjerice uključivalo postavljanje materijala u virtualnu učionicu, a učenici im mogu pristupiti u bilo kojem trenutku kada odluče raditi na zadatku. Dakle, kod asinkronog učenja postoji vremenski odmak od učiteljeva izlaganja sadržaja i učenikova pristupanja tim informacijama te učenja istih, dok kod sinkronog učenja toga nema, već učenik prati nastavu i uči istovremeno dok učitelj predaje. S obzirom na navedeno, prilikom pripreme za nastavni sat korisno je procijeniti koji je sadržaj važno uživo proći s učenicima, pazeći pritom na dob učenika koje podučavate, kako bi učenici imali mogućnost postavljati pitanja i razriješiti eventualne nejasnoće, u odnosu na sadržaj na kojem učenici mogu raditi sami, bez vaše prisutnosti, prema svom tempu učenja.

Napravite plan B

U anketi provedenoj od strane Ministarstva znanosti i obrazovanja o nastavi na daljinu u periodu od 16. ožujka do 2. travnja 2020., učitelji kao glavi problem navode tehničke poteškoće koje se javljaju za vrijeme nastave na daljinu. Upravo je iz tog razloga važan aspekt upravljanja virtualnim učionicama postojanje rezervnog plana u slučaju pojave neočekivanih tehničkih poteškoća, a o kojem je potrebno unaprijed informirati učenike, kako bi se znali ponašati u toj situaciji (Bao, 2020). Na početku prvog sata učenicima možete napomenuti kako je moguće da tijekom nastave na daljinu nestane internetske veze, kao i da postoji mogućnost da vas sustav neočekivano „izbaci“ iz virtualne učionice. Objasnite im što se od njih tada očekuje i koja su pravila ponašanja u toj situaciji. Takvo planirano postupanje u situacijama tehničkih poteškoća može uvelike umanjiti neizvjesnost i nepredvidivost situacije te svim sudionicima nastave na daljinu pružiti jasne upute na koji način se ponašati, a što može umanjiti i stres prouzrokovan takvim situacijama.

Organizirajte vremenski raspored aktivnosti na satu i svoj način izlaganja

Idući vrlo važan aspekt jest dobra vremenska organizacija. Na početku nastave odredite pravila te jasno očekivanje početka i završetka nastavnog sata (Sriharan, 2020). Pritom se najkorisnije voditi uobičajenim

rasporedom sati te vremenom predviđenim za održavanje jednog školskog sata (45 minuta). Nadalje, korisno je podijeliti nastavnu jedinicu u više manjih cjelina u trajanju od 15 do 25 minuta (Bao, 2020). Razlog tome je što pasivan oblik učenja, u kojem učenik sjedi s druge strane ekrana i samo sluša nastavni sadržaj, bez sudjelovanja u grupnom radu ili sličnim aktivnostima (Letina, 2016), funkcionira jedino u takvom kraćem periodu (Bao, 2020). Nakon toga pažnja se učenika premješta na nešto drugo i više ne sudjeluju aktivno u praćenju nastave.

Uz to, važno je voditi računa o tome da vas učenici ne vide na isti način kao kada ste u učionici u školi. Tijekom nastave na daljinu ekspresije lica i govor tijela učitelja iznimno su ograničeni na snimci. U tom slučaju od ključne je važnosti vaš glas. Stoga govorite jasno, glasno i u sporijem tempu, kako bi učenici mogli zapisati informacije (Bao, 2020) i pratiti sadržaj koji predajete.

Stvorite pozitivnu okolinu za učenje

Sljedeći važan korak jest osiguravanje pozitivnog i podupirućeg okruženja za učenje. U tome vam može pomoći nekoliko sljedećih mogućnosti: (1) na početku svakog sata ponovite očekivanja vezana za uključivanje učenika na nastavi, (2) učenike uputite na korištenje opcije čavrljanja (eng. *chat*) i postavljanja pitanja putem mikrofona, (3) koristite aktivnosti probijanja leda (eng. *Icebreaker activities*; Sriharan, 2020) te (4) organizirajte grupni rad ili rad u paru. Uz to, korisno je redovito sažimati raspravu koju vodite s učenicima te je povezivati sa sadržajem nastave. Tijekom rasprava ukazujte učenicima na drugačije perspektive ako zapnu te preusmjeravajte postavljena pitanja učenicima u razredu, prije negoli sami odgovorite na njih. To je koristan način da provjerite koliko su učenici razumjeli nastavnu cjelinu, a učenicima prilika da uče kako poštivati tuđa mišljenja (Sriharan, 2020).

Obratite pozornost na vaš stav o nastavi na daljinu i samopouzdanje

Za pozitivno okruženje u virtualnoj učionici jednako je važan i stav učitelja prema njoj te njihovo samopouzdanje (Sriharan, 2020). Kako biste se osjećali ugodnije u virtualnoj učionici i povećali svoje samopouzdanje vezano za nastavu na daljinu, preporučuje se da se unaprijed upoznate s tehnologijom koja se koristi za provedbu nastave na daljinu, budete pripremljeni za nastavu, upustite se u kratke neformalne razgovore s učenicima te se osvrnete na nastavni sat kad on završi (Sriharan, 2020).

Prije početka nastavnog sata isprobajte radi li sva tehnologija ispravno. Ako se dogodi da dođe do iznenadnih poteškoća ostanite smireni te se

vodite rezervnim planom koji ste ranije dogovorili s učenicima (vidi: Napravite plan B). Na početku sata pozdravite učenike i upustite se u kratke neformalne razgovore s njima dok se priključuju u virtualnu učionicu, a kako bi se povezali s njima i izgradili pozitivno radno okruženje. Na kraju nastavnog sata učenicima dajte prostora da iskažu svoje mišljenje o nastavi na daljinu. Važno je da pritom budete otvoreni za slušanje njihovih komentara, a iz kojih biste mogli dobiti korisne savjete o tome kako nastavu na daljinu učiniti još uspješnijom.

S obzirom na to da je nastava na daljinu poprilično drugačija od klasičnog oblika nastave, a smjernice za njezino uspješno održavanje vrlo rijetke, korisno je osvrnuti se na provedeni nastavni sat kada on završi. Tako možete promisliti o tome što je bilo uspješno na tom satu, što se nije pokazalo uspješnim te kako svoj rad možete poboljšati ubuduće. Još jedan način kako možete povećati svoje samopouzdanje za rad u virtualnoj učionici jest da stvorite ugodno okruženje u prostoru iz koje predajete te da način rada prilagodite onome što vam više odgovara (npr. ako vam je prirodnije stajati, slobodno možete stajati dok objašnjavate nastavnu jedinicu (Sriharan, 2020), samo pritom vodite računa o tome da je kamera podešena tako da vas učenici vide.

Motivirajte učenike za što manje izostajanja s nastave na daljinu

Ono što je još jedan od izazova nastave na daljinu jest učenikova nenačnožnost na nastavi. Kako biste smanjili „markiranje“ tijekom nastave na daljinu i posljedično manjak njihova znanja, Bao (2020) ističe da je korisno zadavati različite vrste zadataka za zadaću koji povećavaju aktivno učenje učenika izvan virtualne učionice, kao i aktivno uključivanje učenika u nastavu kroz različite aktivnosti. Tako učenicima možete zadati zadatak da pročitaju određeni sadržaj prije početka nastavnog sata te vam pošalju svoj osvrt na to ili o tome usmeno raspravite na početku nastavnog sata. Pomoću toga možete dobiti uvid u to koliko je učenik shvatio nastavnu cjelinu, što vam može koristiti u svrhu prilagodbe nastavnog sata.

Aktivno uključite učenike u nastavu na daljinu

Jedan od način kako učenike aktivno uključiti u nastavu na daljinu je korištenje različitih *online* alata, na primjer *Kahoot*, *GoNoodle*, *Quizlet*, *Skribble*. Navedeni alati omogućuju stvaranje različitih aktivnosti, kvizova i zadataka, koji obogaćuju učenje u virtualnoj učionici. U nastavku ćemo opisati neke od aktivnosti koje možete napraviti u nekim od spomenutih *online* alata. Potičemo vas da istražite i preostale *online* alate koje smo iznad naveli te njihove funkcije, a kako biste ih mogli učinkovitije pri-

mijeniti tijekom nastave. Isto tako, napomenuli bismo kako su svi *online* alati spomenuti u ovom radu, za vrijeme njegova pisanja bili besplatni i dostupni svima.

„Jako mi se sviđa kada nastavnici kažu da će na satu koristiti neki drugi program za učenje ili aktivnost jer to uvijek znači da će sat biti zabavan.“

Ivan, 7. razred osnovne škole

Odredite ključne pojmove

Prije nastavnog sata potrebno je odrediti koji su to novi, ključni pojmovi koje učenici trebaju usvojiti. Zatim u *online* alatu *Skribble* napravite posebnu virtualnu sobu samo za njihov razred i upišite pojmove koje ste prije odredili. Nakon što ispredajete gradivo podijelite poveznicu za pristup aktivnosti s učenicima. Svaki će učenik trebati nacrtati zadani pojam, a ostali će ga trebati pogoditi. Na taj način učenici ponavljaju i pamte nastavni sadržaj koristeći se verbalnim izrazima, ali i slikovnim prikazima, što poboljšava njihovo zapamćivanje, dok istovremeno svi sudjeluju u nastavi. U ovoj aktivnosti imate mogućnost napraviti velik broj varijacija. Na primjer, svaki učenik preko kamere pantomimom može pokazivati određeni pojam ili riječima objašnjavati pojam drugim učenicima, bez da ga izgovori. Ovu aktivnost možete provesti i u svrhu ponavljanja gradiva na početku sata, a koje je potrebno za uspješno praćenje lekcije koja se predaje na nastavi toga dana, kao i ponavljanje cjelokupnog gradiva nakon završetka velike nastavne cjeline. Kako bi uspješno mogli provesti ovu aktivnost, važno je voditi računa o broju učenika u razredu te koliko vremena imate na raspolaganju za ovakvu vrstu aktivnosti.

Neke je aktivnosti moguće napraviti i izvan navedenih *online* alata, primjerice u *Wordu*, *PowerPointu* ili tako da učenicima skenirate i pošaljete nastavni listić. Jedna od aktivnosti može biti uparivanje određene definicije s pripadajućim tekstom koji opisuje tu definiciju. Cilj je da učenici sami spoje definiciju s njezinim opisom te na glas izgovaraju parove, npr. 1C, 3A i 2B. Također, učenicima možete prikazati dio po dio fotografije, a oni čim prije trebaju odgonetnuti što je na cijeloj fotografiji i izreći pojam ili ga objasniti. Isto tako, možete prikazati strip bez oblačića, a učenici trebaju opisivati svaku sličicu u ispravnom glagolskom obliku.

Što učiniti ako primijetite da su učenici umorni?

Ako primijetite da su učenici uspavani ili im treba mala pauza, možete iskoristiti *online* alat *GoNoodle*. Ovaj alat omogućuje kratke videe na kojima animator izvodi neku vrstu fizičke aktivnosti, često ples. Cilj je razbuditi i razgibati učenike, a nakon čega su spremni nastaviti dalje pra-

titi nastavu. Kako biste potaknuli sve učenike na sudjelovanje, možete ih zamoliti da upale svoje kamere. Nije važno ako učenici nisu dobri plesači ili ako rade pogreške u plesu, već da se svi zabave i razbude tijelo i mozak. Ova je aktivnost osobito zabavna mlađim učenicima.

Organizirajte virtualne izlete

Dobro je poznato kako se učenici najviše vesele izletima, a kako biste im to omogućili i tijekom nastave na daljinu, možete se poslužiti sljedećim opcijama. Mnogo muzeja, galerija, zooloških i botaničkih vrtova, kazališta i sl., za vrijeme pandemije bolesti COVID-19 nudi besplatna virtualna razgledavanja. Ova aktivnost može trajati cijeli nastavni sat ili dio nastavnog sata. Ustanovu koju ćete virtualno posjetiti možete odabrati sami ili s učenicima. Tijekom izleta možete biti vodiči, a učenici vam mogu postavljaju pitanja. Također, aktivnost se može provesti tako da se na početku nove, velike nastavne cjeline, napravi popis što će se obrađivati, a svaki se učenik zapiše za jednu temu. Kada dođe red na učenika koji se zapisao za određenu temu, može povesti cijeli razred na virtualnu šetnju do izložka koji ga se dojmio, ukratko ispričati o njemu te objasniti na koji način je to povezano s gradivom koje se obrađuje. Cijeli razred, uključujući i učitelja, pri tome može biti jako kreativan. Na primjer, za vrijeme pričanja, učitelj ili učenik koji glumi vodiča, može u ruci držati otvoreni kišobran žarke boje ili obući nešto šaljivo i uočljivo, ali primjereno, kao pravi vodiči. Isto tako, možete igrati igru uloga tako da vi ili učenici budete ona osoba koja je važna za određeni izložbeni primjerak, npr. Leonardo da Vinci prilikom prikaza Mona Lise. Mogućnosti su razne, a ako vam ponestane inspiracije, uvijek se možete obratiti učenicima za nove ideje.

Provodite eksperimente

Još jedna vrsta aktivnosti koja uključuje aktivno sudjelovanje učenika jest eksperiment. S učenicima provedite eksperimente koji se mogu raditi od kuće i koji nisu opasni. Pritom možete imati upaljene kamere te raditi paralelno s učenicima, kao na kulinarskim programima. Učenike je važno unaprijed obavijestiti o tome što im je potrebno te je važno imati na umu da to ne bude ništa ekstravagantno, već nešto što se inače nalazi u kućanstvu ili što se jednostavno može nabaviti. Kada je pokus prekomplikiran za izvedbu od kuće, mogu se iskoristiti snimke pokusa na internetu ili *online* alati i stranice za pokuse kao što su *Science for Kids*, *PhETinteractive-simulations*, *Chemix*, *Golabz*, *Avogardo*, *VirtualLabs* i dr.

Povežite gradivo sa stvarnim životom

Gradivo koje predajte pokušajte povezati sa stvarnim životom, odnosno nečim što je učenicima blisko. Time im omogućujete da povežu ono što moraju učiti s važnosti tog znanja u svakodnevnom životu (Arthur i sur., 2018). U tu vam svrhu mogu poslužiti anegdote i primjeri iz vaše svakodnevice. Isto tako, potaknite učenike da i sami pokušaju pronaći poveznicu između gradiva i svakodnevnog života. Na ovaj način nastavu možete učiniti zanimljivijom i zabavnijom, a gradivo bliže učenicima, što im može olakšati proces učenja.

Uvedite grupni rad

Suradničko učenje, tj. grupni rad, također je korisna tehnika koja se može primijeniti i tijekom nastave na daljinu. Ovom tehnikom možete motivirati učenike te ih potaknuti na samostalan rad i razmišljanje (Pecko, 2019). Uz to, grupni rad pozitivno djeluje i na učenikovu samopercepciju te povećava povezanost među učenicima i čini nastavu zanimljivom i interaktivnijom (Pecko, 2019). U tu se svrhu možete poslužiti opcijom *breakout room* (ili istovjetnom opcijom ovisno o platformi pomoću koje se odvija nastava na daljinu), a koja vam omogućava da učenike nasumično ili prema želji podijelite u grupe. Dok učenici rade u grupama, vi nesmetano možete pristupiti svakoj od grupa kako biste popratili rad na zadatku te učenicima pomogli s nedoumicama koje eventualno imaju.

Nakon što je postignuta pozitivna radna atmosfera, kako je održati?

Jedan od najvećih izazova nastave na daljinu između ostalog je osmišliti način na koji se može održati pozitivna radna atmosfera, odnosno primjereno ponašanje učenika u virtualnoj učionici. Pritom je najveća prepreka to što ne postoji izravan doticaj s učenicima niti ih možete vidjeti za računalima, a što dovodi u pitanje koliko uspješno je to uopće moguće postići.

Uz dobro osmišljen nastavni plan, dobru vremensku organizaciju i uz dobivenu pozornost učenika važno je i održati njihovo primjereno ponašanje. Međuljudska povezanost ključna je u svim područjima života pa tako i u školstvu i učenju (Zelihic, 2015). Vrlo značajan čimbenik koji djeluje na zadovoljstvo učenika, kako nastavom u učionici, tako i nastavom na daljinu, njihovu uključenost u nastavu te na kraju i njihovu uspješnost, jest odnos između učenika i učitelja (Martin, 2019). Istraživanja pokazuju da što je bolji odnos učenika i učitelja, to je potrebno uvoditi manje disciplinskih mjera u učionicu (Zelihic, 2015). Bez dobrog odnosa između učenika i učitelja, u kojem učenik ima povjerenja u učitelja, poštuje ga i

smatra da učitelj radi ono što je u najboljem interesu za učenike, kao da postoji pregrada kroz koju učitelj ne može doprijeti do učenika (Martin, 2019).

Tijekom nastave na daljinu učenici često imaju osjećaj kao da im nastavu predaje ekran računala te se zbog toga osjećaju nezadovoljno i nezainteresirano. Stoga je važno redovito održavati interakciju s učenicima kakvu biste inače imali da ste u klasičnoj učionici. Tako se učenici osjećaju povezaniji s gradivom kojeg slušaju, a ostvaruju i odnos s učiteljem (Martin, 2019). Mnoge *online* platforme omogućuju videoprijenos i audiodrijenos koji omogućuju da vas učenici vide i čuju, a što je važan prvi korak pri uspostavljanju odnosa. Također, možete koristiti i opciju snimanja videozapisa svojeg predavanja, a koji učenici mogu ponovno preslušati i ponovno gledati, umjesto da samo čitaju napisane tekstove (Martin, 2019).

Na početku svakog predmeta vrlo je važno postaviti ciljeve i očekivanja koje imate od učenika, a što će biti učinkovitije ako vas učenici gledaju i slušaju nego ako samo pročitaju pravila (Martin, 2019). Što se tiče uputa za obavljanje zadataka, ako ih učenici samo čitaju, može se javiti „sivo područje“ u kojem učenici ne shvaćaju točno što se od njih traži, a što može izazvati frustraciju i odbijanje obavljanja zadataka (Martin, 2019). Stoga je korisno učenicima usmenim putem prenijeti upute za zadatak.

Učenici su znatiželjni i zanima ih saznati više o njihovim učiteljima. Možete na početku predmeta reći nešto o sebi, o svojim interesima i iskustvima, što može izazvati pozitivnu reakciju kod učenika koji će u nadolazećim satima zainteresiranije slušati, a samim će time i više poštivati ono što tražite od njih. Također, učenicima možete dati prostora da i oni podijele svoja iskustva i međusobno se više povežu i upoznaju. Tako će se osjećati kao grupa, a ne kao izolirani pojedinci iza ekrana (Martin, 2019).

Uspješno upravljanje virtualnim i klasičnim učionicama

Svi iznad navedeni savjeti mogu se koristiti u svrhu uspješnog upravljanja učionicom i tijekom nastave na daljinu, ali i tijekom klasičnog oblika nastave. Točnije, pozdravljanje učenika pri ulasku u učionicu, kratki neformalni razgovori i prepričavanje anegdota te razne aktivnosti i rasprave, stvaraju pozitivno radno okruženje i bolje povezuju učitelje s učenicima. U oba oblika nastave također je važan stav učitelja prema gradivu i predmetu. Ako je učitelj entuzijastičan i ukazuje učenicima na važnost predmeta, vrlo je vjerojatno da će i učenici imati više motivacije za učenjem te da će i oni imati sličan stav prema predmetu (Sieberer-Nagler, 2016). Nadalje, jasna pravila s kojima su učenici upoznati te unaprijed pripremljen nastavni sat također su ključni za uspješnu provedbu kako

klasičnog oblika nastave tako i nastave na daljinu. U oba okruženja učenici trebaju znati što činiti u neočekivanim situacijama te im se treba objasniti i pokazati protokol po kojem se ponašaju ako dođe do izvanredne situacije (npr. vježbanje evakuacijskog izlaska iz škole u slučaju potresa). Povezivanje gradiva sa stvarnim životom, učenicima i u nastavi na daljinu, kako i u klasičnoj nastavi, daje mogućnost boljeg razumijevanja i pozornog praćenja nastavne jedinice. Ton je glasa i dalje vrlo važan iako je govor tijela vidljiv. Tiho ili nerazgovijetno objašnjavanje gradiva stvorit će neadekvatno radno okruženje. Ono što je nedostatak virtualne učionice, a u klasičnom obliku nastave uvelike olakšava upravljanje učionicom jest fizička blizina (Reupert i Woodcock, 2010), gdje se u klasičnom obliku nastave učitelj može približiti učeniku koji priča za vrijeme nastave i od tog mjesta dalje nastaviti predavanje. Na kraju možemo zaključiti da, premda smo na početku naveli i istaknuli razlike između klasične i virtualne učionice, većina sugestija za uspješno upravljanje razredom je ista. Ono što je pritom važno jest adekvatna prilagodba i primjena tih smjernica u klasičnom ili *online* kontekstu.

Zaključak

Pandemija bolesti COVID-19 iz temelja je promijenila klasičan način obrazovanja u gotovo svim zemljama svijeta, a ta se promjena dogodila iznenadno. Ova situacija zatekla nas je poprilično nespremne te pred učitelje i učenike postavila nove izazove vezane za uspješnu provedbu nastave. Iako su se učitelji, učenici i roditelji već poprilično upoznali s *online* okruženjem škole te pronašli učinkovite načine funkcioniranja u tome, važno je imati na umu da je i dalje potrebno istraživati uspješne strategije podučavanja te načine definiranja i održavanja jasnih pravila ponašanja u okruženju virtualnih učionica. Neke od smjernica koje bi u tome mogle pomoći navedene su i u ovom poglavlju.

U virtualnoj je učionici nužno održati strukturu, ali i opuštenu atmosferu. Važno je stvoriti osjećaj međusobne povezanosti između učenika i učitelja, pa se stoga poseban naglasak stavlja na interakciju koja djeluje ujedno i na motivaciju i pažnju učenika. Izrazito je bitna komunikacija učitelja prema učenicima jer ona izravno djeluje na učnički stav prema samom predmetu, pomaže u razvijanju pozitivnijeg okruženja i sustava potpore tijekom stresnijih razdoblja. Također, važna je i aktivna uključenost učenika za vrijeme predavanja, koja se može potaknuti pomoću raznih unaprijed pripremljenih aktivnosti i zadataka. Povezivanje gradiva s primjerima iz svakodnevnog života djeluje na bolje razumijevanje i budi zainteresiranost svih prisutnih.

S obzirom na sve navedeno i na nepripremljenost sustava na ovakvu drastičnu promjenu u obrazovanju učenika, potrebno je nastaviti obrazovati učitelje na ovu temu kako bi se razvili kvalitetni pristupi za uspješno upravljanje virtualnom učionicom i poticanje poželjnog ponašanja kod učenika.

Literatura

- Arthur, Y. D., Owusu, E. K., Asiedu-Addo, S. i Arhin, A. K. (2018). Connecting mathematics to real life problems: A teaching quality that improves students mathematics interest. *Journal of Research and Methodin Education*, 8(4), 65–71.
- Bao, W. (2020). COVID-19 and online teaching in higher education: A case study of Peking University. *Human Behavior and Emerging Technologies*, 2, 113–115. <https://doi.org/10.1002/hbe2.191>
- Biswas, R. A. i Nandi, S. (2020). Teaching in virtual classroom: Challenges and opportunities. *International Journal of Engineering Applied Sciencesand Technology*, 5(1), 334–337. <https://doi.org/10.33564/ijeast.2020.v05i01.052>
- Bowles, D. C. i Sendall, M. C. (2020). COVID-19: The elephant in the virtual classroom. *Pedagogyin Health Promotion: The Scholarship of Teaching and Learning*, 6(3), 1–3. <https://doi.org/10.1177/2373379920938419>
- Letina, A. (2016). Strategije aktivnog učenja u nastavi prirode i društva. *Školski vjesnik: časopis za pedagojsku teoriju i praksu*, 65(1), 1–32. <https://hrcak.srce.hr/177318>
- Martin, J. (2019). Building relationships and increasing engagement in the virtual classroom: Practical tools for the online instructor. *Journal of Educators Online*, 16(1), 1–8. <https://doi.org/10.9743/jeo.2019.16.1.9>
- Mathew, G. A. (2020). Remolding the pedagogy for virtual classroom. *Commonwealth Journal of Academic Research (CJAR)*, 1(5), 1–7. <http://doi.org/10.5281/zenodo.4013328>
- Pecko, L. (2019). Suradničko učenje u nastavi primarnog obrazovanja. *Metodički obzori*, 1(26), 73–94. <https://hrcak.srce.hr/233168>
- Reupert, A. i Woodcock, S. (2010). Success and near misses: Pre-serviceteachers' use, confidence and success in various classroom management strategies. *Teaching and Teacher Education*, 26(6), 1261–1268. <https://doi.org/10.1016/j.tate.2010.03.003>
- Sieberer-Nagler, K. (2016). Effective classroom management & positive teaching. *English Language Teaching*, 9(1), 163–172. <https://doi.org/10.5539/elt.v9n1p163>
- Sriharan, A. (2020). Teaching online: Tips for engaging students in virtual classrooms. *Medical Science Educator*, 30, 1673–1675. <https://doi.org/10.1007/s40670-020-01116-7>
- Vuković, N. (2020). Učitelji i učenici u kreativnoj školi. *Varaždinski učitelj: digitalni stručni časopis za odgoj i obrazovanje*, 3(3), 144–157. <https://hrcak.srce.hr/237372>

Zelihic, M. (2015). Relationship building in the online classroom. *Developments in Business Simulation and Experiential Learning*, 42, 215–219. <https://journals.tdl.org/absel/index.php/absel/article/view/2954>

Kako učitelji mogu potaknuti učenike na aktivno sudjelovanje i rad tijekom nastave na daljinu?

Klara Hrvatinić, Erik Augustin Mamić, Mate Pešut,
Leina Radusinović, Sara Šopar

Uvod

Zdravstvena kriza uzrokovana pandemijom bolesti COVID-19 donijela je značajne promijene u gotovo svim područjima života pa time i u obrazovanju. Sredinom ožujka 2020. većina se nastave premjestila iz učionica na internet kako bi se spriječilo daljnje širenje novog koronavirusa. Ovakva nagla promjena potaknula je sve pojedince uključene u obrazovni proces (učitelje, učenike i roditelje učenika) da se prilagode raznim izazovima vezanima za odražavanje nastave na daljinu.

Nastava na daljinu odnosi se na oblik podučavanja u kojem učitelj nema izravan fizički kontakt s učenikom. Razvojem i većom dostupnosti tehnologije nastava na daljinu polako raste u popularnosti i učestalosti (Allen i Seaman, 2013). Ona može uključivati podučavanje u obliku digitalnih materijala kojima se učenik bavi izvan učionice, ali i u obliku aktivnog podučavanja putem medija, interneta ili televizije (Ćurković i sur., 2020). Iako se kao glavna prednost nastave na daljinu ističe praktičnost u održavanju nastave uslijed izvanrednih stanja (poput pandemije bolesti COVID-19), činjenica je da ovakav oblik podučavanja podrazumijeva promjene u obrazovnom procesu kod svijui uključenih osoba, posebice kod učitelja.

Neki od glavnih izazova s kojima se susreću učitelji tijekom nastave na daljinu jest nemogućnost nadziranja rada učenika tijekom nastave te poticanje učenika na aktivno sudjelovanje u nastavnom procesu. Kalamković i suradnici (2013) ističu da su ovo najčešći problemi u odvijanju nastave na daljinu, a da je razlog tomu manjak osobnog kontakta i komunikacije između učitelja i učenika. Kako bi učenici aktivno sudjelovali u nastavi, trebaju imati visoku razinu motivacije za učenjem i praćenjem nastave što je učiteljima teško provjeriti ako nemaju izravan kontakt sa svojim učenicima. S obzirom na sve navedeno, važno je učiteljima ponuditi smjernice o načinu poticanja učeničke motivacije te prilagodbi sadržaja i strukture nastave na daljinu.

Motivacijom do uspješnog rada

Kada je grčki kralj postavio pitanje Euklidu postoji li prečac za učenje geometrije, on mu je odgovorio kako ne postoji kraljevski put za učenje (Slavin, 2017). Razmišljajući o posljednjoj rečenici zaključujemo da učenici moraju sudjelovati u nastavi i učiti (neovisno o tome je li nastava uživo ili na daljinu) kako bi usvojili sadržaj, a da pritom ne moraju biti motivirani za praćenje samog predmeta. Upravo iz navedenog razloga, velik će se naglasak staviti na to kako potaknuti i održati motivaciju kod učenika za aktivno sudjelovanje tijekom nastave na daljinu.

Prvotno treba uzeti u obzir da se učenici razlikuju jedni od drugih po intenzitetu i vrsti motivacije koje posjeduju. Neki se učenici tijekom nastave puno češće javljaju odgovoriti na pitanja učitelja (neovisno o nagradi) te su općenito responzivniji i aktivniji tijekom same nastave, dok se drugi rijetko javljaju i ne sudjeluju u komunikaciji osim ako će za to biti nagrađeni ocjenom ili ranijim odlaskom kući. Za one prve opisane pretpostavljamo da su intrinzično motivirani jer obavljaju aktivnost zbog samog zadovoljstva koje dobivaju iz izvođenja aktivnosti, dok za druge pretpostavljamo da su ekstrinzično motivirani jer sudjeluju u aktivnosti kako bi dobili određenu nagradu (Ryan i Deci, 2000).

Kada je osoba visoko intrinzično motivirana za određeni predmet, davanje ekstrinzičnih nagrada može smanjiti intrinzičnu motivaciju te bi stoga valjalo biti oprezan s upotrebom nagrada, no ne izbjegavati njihovu upotrebu kada je nužna, posebice ako može potaknuti učenike da nauče nastavni sadržaj (Slavin, 2017). No, učiteljima je uvijek draže kod svojih učenika prepoznati i potaknuti intrinzičnu motivaciju za učenjem sadržaja iz određenog predmeta.

Nastava na daljinu novost je svim sudionicima obrazovnog procesa. Samim su time izazovi učitelja vezani za poticanje aktivnog uključivanja učenika u nastavni proces dobili sasvim novu dimenziju. Iz tih se razloga postavlja pitanje kako doskočiti tome da učenici budu aktivno uključeni unatoč tome što učitelji nemaju izravan uvid u njihov rad i razinu motivacije kod kuće. Neke su od smjernica za to navedene u nastavku, a važno je napomenuti kako poticanje motivacije na nastavi uživo i na daljinu dijeli sličnosti. Stoga neki od navedenih savjeta (Slavin, 2017) sadrže principe već poznate u nastavi uživo, ali primijenjene u kontekstu nastave na daljinu.

Smjernice učiteljima za poticanje aktivnog sudjelovanja učenika u nastavi na daljinu

Poticanje intrinzične motivacije tijekom nastave na daljinu

Stvorite podržavajuću klimu

Za učenike je važno da tijekom nastave imaju dojam da se nalaze u pozitivnom okruženju punom topline i podržavanja (Jackson i Zmuda, 2014). Kada stvorite takvo okruženje u vašim virtualnim učionicama, učenicima omogućavate da se osjećaju sigurno u iznošenju ideja te davanju intelektualno riskantnih odgovora (Slavin, 2017). Kada ovakvo ozračje nije prisutno, može se dogoditi da nastane tišina nakon što postavite pitanje. Ako se to i dogodi, postoji nekoliko načina kako tome doskočiti: preformulirajte ili postavite slično pitanje, prozovite učenike po imenu, duže čekajte na odgovor (npr. 30 sekundi) te zatražite od učenika da umjesto usmenim putem, odgovore zapišu pisanim putem pomoću opcije čavrljanja (eng. *chat*) na platformi putem koje se izvodi nastava (npr. *MS Teams* ili *Zoom*).

Pobudite interes za gradivo kod učenika i zadržite njihovu znatiželju

Učenicima možete pružiti slobodu izbora sadržaja koje će se obrađivati na nastavi te načina na koji će se obrađivati (Stipek, 2002). Primjerice, možete ponuditi učenicima dvije lekcije te ih pitati da podignu ruku (npr. putem aplikacije *MS Teams*) za lekciju koju žele obrađivati na tom satu. Također, možete im dopustiti izbor između toga da rade zadatak sami ili da ih podijelite u skupine.

Rad učenika u grupama pokazao se kao iznimno učinkovit način provođenja nastavnih aktivnosti u dva uvjeta: (1) kada postoji neka vrsta priznanja za uspjeh grupe i (2) kada postoji određena razina individualne odgovornosti (Slavin, 2017). Metode rada u grupi pokazuju iznimno pozitivne učinke na postignuće učenika u slučaju da su prethodna dva uvjeta zadovoljena. Ako se odlučite uključiti rad u grupi na nastavi, bitno je osmisliti način kako nagraditi trud grupe (npr. dodatnim bodovima, ocjenom ili pohvalom) te kako da uspjeh grupe ovisi o svakom pojedinačnom učeniku (npr. svaki učenik treba samostalno prezentirati svoj dio rada). U okviru platformi koje se koriste za provedbu nastave na daljinu postoje opcije podjele učenika u nasumične ili unaprijed dogovorene grupe (npr. opcija *Breakout rooms* na *MS Teamsu*) koje vam dodatno mogu olakšati provedbu grupnog rada i u ovom obliku nastave.

Zadržavanje znatiželje i interesa možete postići zanimljivim i učenicima bliskim primjerima iz svakodnevnog života ili pak demonstracijom samog koncepta u virtualnoj učionici (npr. učitelj povijesti pokaže učenicima staru knjigu vezanu za sadržaj koji se poučava). Također, možete se koristiti i audiovizualnim prikazima (npr. *YouTube*), o kojima će se dodatno pričati u nastavku (vidi: Korištenje tehnologije u nastavi).

Postavite učenicima ambiciozne ciljeve

Kod učenika je važno da imaju postavljene visoke, izazovne ciljeve koji im nisu prezahtjevni, kako bi bili motivirani za aktivan i kvalitetan rad. Kako biste im pomogli u tome, možete im zadatak opisati na sljedeći način: „Ovaj je zadatak zahtjevan, ali sam siguran/sigurna da ćete vi to uspješno obaviti.“ S druge strane, pogrešan bi bio pristup da se učenicima samo kaže sljedeće: „Ovo je prelagano.“ (Slavin, 2017). U prvom primjeru učenicima možete stvoriti optimalni izazov koji povećava njihovo zadovoljstvo za vrijeme rada na zadatku te potiče intrinzičnu motivaciju kod ponovnog izvođenja te aktivnosti (Mandigo i Holt, 2002). Također potičete njihovu samoefikasnost, odnosno uvjerenje učenika da svojim sposobnostima mogu ostvariti uspjeh u određenoj situaciji ili zadatku (Creer i Wigal, 1993). Suprotno tome, u drugom primjeru učenicima možete odati dojam kako je zadatak jednostavan, što može smanjiti njihovu razinu truda koju ulažu u rješavanje zadatka. Vodeći se ovim primjerima tijekom nastave na daljinu također učenicima možete zadati izazovne ciljeve za čije će ostvarenje trebati uložiti dodatan napor, ali se očekuje da će ih uspjeti uspješno izvršiti. Primjerice, možete ih potaknuti da pronađu objašnjenje određene pojave (npr. određena reakcija pokusa) u zadanom vremenu, a za što će trebati koristiti pretraživanje interneta i druge dostupne materijale.

Koristite PowerPoint prezentacije učenika u virtualnoj učionici

PowerPoint prezentacije koje izrađuju učenici veoma su dobar motivator imavši u vidu činjenicu da oni tada ulažu puno više truda jer postoji publika (Slavin, 2017), a pitanja koja učenici postavljaju međusobno povećavaju samu interaktivnost. Upravo iz ovog razloga izrada se prezentacija učenika preporučuje u slučaju kada želite da se učenici sami uključe u obradu određene teme te da promišljaju o sadržaju postavljajući zanimljiva i korisna pitanja koja potiču uključenost drugih učenika u raspravu. Tijekom nastave na daljinu učenici imaju mogućnost podijeliti svoju prezentaciju preko platforme koja se koristi (npr. *MS Teams*), pričati putem kamere i mikrofona te voditi raspravu o temi o kojoj izlažu. Upravo takav zadatak pruža učenicima mogućnost da se aktivno uključe u nastavni

proces, ali i da sami iskuse kako je to izlagati pred drugima s druge strane ekrana.

Kako konstruktivno koristiti ekstrinzičnu motivaciju?

S obzirom na to da nisu svi predmeti jednako zanimljivi učenicima, nekada je nužno koristiti vanjske poticaje kako bi učenici uspješno obavili zadatak, a neki od njih su pobliže objašnjeni u nastavku.

Jasno izrazite očekivanja

Prilikom zadavanja zadataka učenicima važno je jasno izraziti što i koliko očekujete u zadatku od njih, kako će biti ocijenjeni te koliko će to utjecati na njihovu ocjenu (Slavin, 2017). Primjerice, učenici točno trebaju znati što se od njih očekuje da naprave za vrijeme sata (npr. riješe 5 od 10 zadataka u 15 minuta). U ranijem se istraživanju pokazalo kako su učenici, koji su dobili specifične upute, pisali kvalitetnije i duže ispravke eseja od učenika koji su dobili nespecifične upute (Graham i sur., 1995). Točnije, učenici sa specifičnim uputama imali su točniju percepciju što se od njih traži.

S obzirom na to da se učenici ne nalaze fizički u razredu, mogu se javiti različiti problemi, od toga da im može biti zahtjevnije pratiti vaše upute pa sve do toga da se susreću s određenim tehničkim poteškoćama (npr. prekid internetske veze). Stoga, svoja očekivanja vezano za cjelokupni predmet ili sadržaj onoga što učenici trebaju napraviti jasno i detaljno izrazite verbalno tijekom nastave, ali i u pismenom digitalnom formatu koji im možete poslati nakon nastave. To vam može pomoći u slučaju da su učenici bili kratkotrajno nepažljivi tijekom nastave, ali i kako bi se mogli naknadno podsjetiti na to što se od njih očekuje.

Koristite povratnu informaciju

Povratna informacija također može služiti kao poticaj, no važno ju je ispravno koristiti kako biste potaknuli motivaciju i sudjelovanje kod učenika (Slavin, 2017). Točnije, povratna informacija treba biti jasna i specifična kako bi učenici znali za što su pohvaljeni (npr. „Sviđa mi se kako si nacrtao/nacrtala oči od vjeverice.“), česta, kako bi učenici zadržali motivaciju kroz cijelu godinu (Perks i Middleton, 2014) te neposredna kako učenici ne bi zaboravili odnos zadatka (ponašanja) i posljedice (Slavin, 2017).

U virtualnoj i klasičnoj učionici učitelji mogu učenicima izraziti povratnu informaciju pisanim i usmenim putem. Zbog nedostatka vremena i prevelikog broja učenika u razredu davanje povratne informacije tije-

kom nastave na daljinu može biti problem. Stoga, nakon odrađenog zadatka učenicima možete dati općenitu povratnu informaciju na grupnoj razini, a kojom ćete obuhvatiti ono što su većinom ispravno napravili u zadatku, koje su bile najčešće pogreške te na koji način mogu poboljšati svoj uradak ubuduće. Na taj ćete način u puno kraćem vremenu dati povratnu informaciju iz zadatka svim učenicima, a oni učenici koji ne prepoznaju u grupnoj povratnoj informaciji stvari koje se odnose na njih, uvijek se mogu javiti za individualnu povratnu informaciju.

Učinkovito koristite ekstrinzične motivatore

„Moj razred je uvijek sretan kada nas profesori puste ranije s nastave kao nagradu za aktivnost. To me potiče da se više trudim tijekom tog sata.“

Marko, 8. razred osnovne škole

Ako želite motivirati učenike pomoću ekstrinzičnih motivatora, važno je imati na umu što je za učenike uistinu vrijedan ili važan motivator. Ne djeluju svi ekstrinzični motivatori jednako za sve učenike (npr. neke učenike motiviraju ocjene i pohvale, dok druge mogućnost za obavljanje neke zabavne aktivnosti), a vi trebate prepoznati što su uistinu motivatori vašim učenicima (Slavin, 2017). Izuzev ranijeg završetka sata, neke od zabavnih aktivnosti koje djeluju kao ekstrinzični motivator tijekom nastave na daljinu mogu biti interaktivni kviz na kraju sata, *online* igre te gledanje filma, dokumentarca ili videozapisa preko *YouTubea* vezanog za sadržaja predmeta. S obzirom na to da je nastava na daljinu novost i za vas i za učenike, možda tijekom nastave na daljinu nisu jednako uspješni ekstrinzični motivatori koji su se ranije, u klasičnom obliku nastave, pokazali vrlo korisnima. Stoga možete i same učenike pitati što bi njima bila željena nagrada za uspješno obavljen posao na nastavi na daljinu (npr. tijekom nastave na daljinu to može biti virtualno druženje na kraju sata tijekom kojeg svi upale kamere i razmjenjuju svoja iskustva vezana za neku temu, dok je tijekom klasičnog oblika nastave to možda bio odlazak na vanjsko igralište), a onda pronaći način kako to koristiti u poticanju njihove motivacije.

Korištenje tehnologije u nastavi

„Lako mi je bilo prebaciti se na nastavu na daljinu jer nam je profesorica i prije toga znala slati zadaću i zanimljive filmiće vezane uz gradivo preko e-maila ili Whatsapp. Uostalom, zanimljivije mi je pogledati film o nečemu nego učiti iz knjige i mislim da tako više naučim.“

Marina, 3. razred srednje škole

Tehnologija se sve učestalije koristi i izvan konteksta nastave na daljinu, pa je tako moguće da ste je i vi ranije koristili tijekom klasičnog oblika nastave. Učitelji tehnologiju u klasičnim učionicama mogu koristiti za pripremu i izradu nastavnog materijala poput prezentacija ili zadataka, za prezentaciju tog materijala ili ispitivanje naučenog gradiva. Korištenje multimedije i interneta ističu se kao dva najdostupnija izvora koje učitelji mogu koristiti kako bi potaknuli učenike na aktivno sudjelovanje u nastavi (Slavin, 2017). U primjeru izjave učenice Marine vidimo da joj je korištenje tehnologije od strane učiteljice tijekom klasičnog oblika nastave pomoglo ne samo da se bolje prilagodi prelasku na nastavu na daljinu, već i da joj čini učenje zanimljivijim.

Koristite multimediju

Uključivanje slika, animacija, videozapisa i glazbe u podučavanju učenicima olakšava učenje (Reed, 2006). Mayerova teorija multimedijskog učenja (Mayer, 2001) opisuje „efekt multimedije“ u kojem spajanje teksta i animacije usmjerava pažnju učenika na gradivo i time se to gradivo lakše i uspješnije uči (Jamet i sur., 2008). Mayer (2001) objašnjava niz principa na temelju kojih se ovaj efekt očituje, no jedan od važnijih zaključaka njegovih istraživanja je da riječi i slike trebaju biti kongruentne (moraju se smisljeno upariti) i istovremeno prikazane. U suprotnom, efekt je manji ili ne postoji (Mayer, 2001; Reed, 2006). Kako biste obogatili svoj nastavni materijal, možete povezivati tekst sa slikama, videom ili animacijom povezanim sa sadržajem koji predajete. Takav materijal bit će zanimljiviji učenicima te ih u većoj mjeri potaknuti na aktivno sudjelovanje u nastavi u odnosu na samo tekstualni materijal.

Koristite internet

Korištenje interneta u nastavi pruža pristup velikoj količini izvora informacija na temelju kojih se može dodatno obogatiti održavanje nastave. Internet pruža veliki broj baza podataka i izvora edukativnog materijala koji služe poticanju aktivnosti i kreativnosti učenika u nastavi (Slavin, 2017). Na primjer, učitelji viših razreda osnovne škole ili u srednjim školama mogu organizirati nastavne aktivnosti u obliku „WebQuest-ova“ (*WebAvanture, WebPotrage*) u kojima je cilj što detaljnije istražiti određeno područje ili temu kako bi riješili neki zadatak. Također, može se napraviti školski izvor materijala u kojem učitelji mogu dijeliti provjerene izvore edukativnih materijala za učenike koje više zanima neka tema ili predmet.

Rasprave

Još jedan način da se učenici aktivno uključe u nastavu jest uključivanje vođenih rasprava kao nastavne aktivnosti. Istraživanja pokazuju da korištenje rasprava u nastavi potiče kreativnost, kritično promišljanje, razmjenu ideja i informacija, provjeru razumijevanja gradiva i da kroz njih učenici aktivno uče o određenim temama (Okolo i sur., 2007; Slavin, 2017). Moderirajući raspravu možete povećavati i proširiti znanje učenika, ispraviti njihove pogreške i potaknuti vrijednost uključivanja svakog pojedinog učenika u raspravu. Istraživanje provedeno na temu virtualnih rasprava pokazala je da učenici takav oblik rasprava percipiraju učinkovitijima od klasičnog oblika rasprava koje se vode u fizičkim učionicama (Jacobi, 2017).

Rasprave možete vrlo lako organizirati u virtualnoj učionici. Kako biste potaknuli raspravu o određenoj temi, preko mrežnih platformi koje koristite za izvođenje nastave možete postaviti pitanje za raspravu usmenim (ako koriste *Zoom* ili *MS Teams*) ili pismenim putem (ako koriste *Loomen*, *Merlin* ili sličan sustav) tijekom ili prije nastave. Također, možete organizirati raspravu na način da jedan školski sat poučavate o nekoj temi, a sljedeći sat raspravljate s učenicima na tu temu kako bi učenici vodili što više informiranu raspravu. Pritom je važno da tema rasprave bude u skladu s interesima učenika te nastavnim sadržajem.

Poticanje aktivnog sudjelovanja učenika jednako je važno je i tijekom klasične nastave i tijekom nastave na daljinu

Mnoge od prethodno spomenutih smjernica i savjeta podjednako su važne u klasičnom obliku nastave, kao i u nastavi na daljinu, te se mogu primijeniti u oba slučaja. Za početak, poticanje motivacije učenika tijekom nastave na daljinu slično je kao i u klasičnom obliku nastave. Možete potaknuti motivaciju kod učenika tako da stvorite ugodnu klimu u razredu pri čemu se učenici trebaju osjećati sigurno u iznošenju ideja u samom razredu (Slavin, 2017). Osim toga, pobuđivanje interesa za određeno gradivo u klasičnom obliku nastave ostvarujete uključivanjem učenika u pokuse i razne izravne demonstracije nastavnog gradiva. Time se izravno potiče i njihovo sudjelovanje u nastavi. Pokušajte uključiti korištenje tehnologije i u klasičnom obliku nastave. Korištenje multimedijskog sadržaja (npr. video, slike i animacija) može vam pomoći da lakše pridobijete pažnju učenika u odnosu na puko čitanje teksta (Mayer, 2001). Rasprave su također odličan način za uključivanje učenika u aktivno sudjelovanje u nastavi jer zahtijevaju aktivan rad učenika. Uz to što potiču kreativnost, kritičko promišljanje i razmjenu znanja, tijekom sudjelovanja u rasprava-

ma učenici vježbaju sposobnost konstruktivne komunikacije i interakcije sa svojim kolegama u razredu (Schuitema i sur., 2018).

Zaključak

Jedan od najčešćih izazova s kojim se susreću učitelji tijekom nastave na daljinu (ali često i tijekom nastave u fizičkoj učionici) jest kako potaknuti učenike na aktivno sudjelovanje u nastavi (Kalamković i sur., 2013). Učenici trebaju sudjelovati u nastavi da bi usvojili gradivo, a za to je potrebna motivacija za praćenje nastave. Budući da se učenici razlikuju po intenzitetu i vrsti motivacije, bitno je poticati intrinzičnu i ekstrinzičnu motivaciju kod učenika prema njihovim potrebama i početnoj razini motivacije (Slavin, 2017). Intrinzična motivacija može se poticati stvaranjem podržavajuće klime u razredu, pobuđivanjem interesa i zadržavanjem znatiželje, postavljanjem ambicioznih (ne preteških niti prelaganih) ciljeva te uvođenjem prezentacija učenika u nastavu. S druge strane, ekstrinzične motivatore poput ekstrinzičnih nagrada treba koristiti oprezno jer je moguće njima smanjiti intrinzičnu motivaciju kod učenika koji su visoko intrinzično motivirani i potrebno ih je prilagoditi učeniku (Slavin, 2017). Korištenje ekstrinzične motivacije u nastavi uključuje jasno i specifično izražavanje očekivanja i povratnih informacija što služi poticanju aktivnog rada i sudjelovanje. Osim motivacijskih čimbenika, za poticanje aktivnosti može se koristiti tehnologija. Korištenje tehnologije u nastavi može podrazumijevati korištenje multimedije koje potiče multimedijско učenje (prikladnim spajanjem teksta i slika, videa, animacija ili glazbe) (Mayer, 2001) ili korištenje interneta i internetskih izvora za učenje. Navedeni načini kako učitelji mogu potaknuti učenike na sudjelovanje jednako su važni u nastavi na daljinu, kao i tijekom klasične nastave, samo je bitno voditi računa o tome da se uspješno prilagode kontekstu u kojem se nastava izvodi.

Literatura

- Allen, I. E. i Seaman, J. (2013). *Changing course: Ten years of tracking online education in the United States*. Sloan Consortium.
- Creer, T. L. i Wigal, J. K. (1993). Self-efficacy. *Chest*, 103(5), 1316–1317. <https://doi.org/10.1378/chest.103.5.1316>
- Ćurković, N., Krašić, S. i Katavić, I. (2020). Stavovi učitelja i roditelja učenika osnovnih škola o nastavi na daljinu. *Odgojno-obrazovne teme*, 3(5), 5–24. <https://hrcak.srce.hr/249112>
- Graham, S., MacArthur, C. i Schwartz, S. (1995). Effects of goal setting and procedural facilitation on the revising behavior and writing performance of students with writing and learning problems. *Journal of Educational Psychology*, 87(2), 230–240. <https://doi.org/10.1037/0022-0663.87.2.230>
- Jackson, R. i Zmuda, A. (2014). 4 (secret) keys to student engagement. *Educational Leadership*, 72(1), 18–24.
- Jacobi, L. (2017). The structure of discussions in an online communication course: What do students find most effective?. *Journal of University Teaching & Learning Practice*, 14(1), Article 11. <https://ro.uow.edu.au/jutlp/vol14/iss1/11>
- Jamet, E., Gavota, M. i Quaireau, C. (2008). Attention guiding in multimedia learning. *Learning and Instruction*, 18(2), 135–145. <https://doi.org/10.1016/j.learninstruc.2007.01.011>
- Kalamković, S., Halaši, T. i Kalamković, M. (2013). Učenje na daljinu primijenjeno u nastavi osnovne škole. *Hrvatski časopis za odgoj i obrazovanje*, 15(3), 251–269. <https://hrcak.srce.hr/111354>
- Mandigo, J. L. i Holt, N. L. (2002). Putting theory into practice: Enhancing motivation through OPTIMAL Strategies. *Avante*, 8(3), 21–29.
- Okolo, C. M., Ferretti, R. P. i MacArthur, C. A. (2007). Talking about history: Discussions in a middle school inclusive classroom. *Journal of Learning Disabilities*, 40(2), 154–165. <https://doi.org/10.1177/00222194070400020601>
- Perks, K. i Middleton, M. (2014). Navigating the classroom current. *Educational Leadership*, 72(1), 48–52.
- Reed, S. (2006). Cognitive architectures for multimedia learning. *Educational Psychologist*, 41(2), 87–98. https://doi.org/10.1207/s15326985ep4102_2
- Ryan, R. M. i Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55(1), 68–78. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.68>
- Schuitema, J., Radstake, H., van de Pol, J. i Veugelers, W. (2018). Guiding classroom discussions for democratic citizenship education. *Educational Studies*, 44(4), 377–407. <http://doi.org/10.1080/03055698.2017.1373629>

- Slavin, R. E. (2017). *Educational Psychology: Theory and Practice* (11th ed). Pearson.
- Stipek, D. (2002). Good instruction is motivating. U A. Wigfield i J. Eccles (Ur.), *Development of achievement motivation* (str. 309–332). Academic Press.

Kako učitelji mogu učiniti nastavu na daljinu zabavnom i zanimljivom?

Rej Kovačević, Andrija Piskać, Marta Ramljak,
Petar Znaor

Uvod

Sredinom ožujka 2020. obrazovni sustav koji svi jako dobro poznamo prešao je u *online* okruženje, teren gotovo svima nepoznat te prepun pitanja, nedoumica, strahova i briga. Gotovo svi sudionici obrazovnog sustava našli su se nepripremljeni za ovakvu brzu i neočekivanu tranziciju u *online* svijet. Bez obzira na znanja i vještine koje posjeduju, svima su iznad glave visjela neka pitanja, a većina ih se svodila na ono općenito: „Kako i koliko dugo će ovaj novi sustav uopće funkcionirati?“. Za početak je bilo važno da se nastava održi i da se obrazovanje učenika nastavi, a potom su se pojavila brojna druga pitanja o tome kako unaprijediti kvalitetu nastave na daljinu.

Prilikom nastave na daljinu zainteresiranost i voljnost učenika za praćenjem nastave postala je pravi izazov svakom učitelju. Kao i kod klasičnog oblika nastave, priprema za održavanje nastave je ključna i u *online* okruženju. Pritom priprema nastave podrazumijeva temeljito upoznavanje i razumijevanje sadržaja koji se predaje, upoznavanje suvremeno didaktičko-metodičkih postupaka, proučavanje stručne literature i temeljit pregled pripadnih sadržaja u udžbeniku (Sikirica, 2003). Održavanje nastave mogli bismo okarakterizirati kao realizaciju prethodne pripreme. Priprema učitelja prije predavanja na daljinu uvelike pridonosi kvaliteti nastave putem jasno strukturiranih i pomno objašnjenih informacija. S druge strane, improvizacija na satu bez detaljnog planiranja može dovesti do nezainteresiranosti učenika jer uočavaju nespremnost kod učitelja. Stoga ćemo u ovom poglavlju ponuditi neke od smjernica za učitelje o tome kako mogu unaprijediti kvalitetu nastave na daljinu.

„Nikad mi nije bilo lako uistinu se uživiti u gradivo koje učim, a nakon što se nastava prebacila na daljinu postao sam još nezainteresiraniji.“

Luka, 5. razred osnovne škole

Kritičko mišljenje kao temelj kvalitetne nastave na daljinu

Nastavni sat treba biti sačinjen od dva dijela: (1) informativnog – cilj je usvojiti činjenice i znanje i (2) formativnog – cilj je razvoj sposobnosti, a znanje je sredstvo (Šimić, 2018), pri čemu je jedan od načina razvijanja informativne nastave putem poticanja kritičkog mišljenja. Kvalitetna, a ujedno i najzanimljivija predavanja jesu ona u kojima su učenici intrinzično motivirani (Gottfried, 1990) te u kojima aktivno sudjeluju u nastavi (Niemi, 2002). Najveća konstantna doza aktivnog sudjelovanja i intrinzične motiviranosti kod učenika najvjerojatnije se može postići razvijanjem kritičkog mišljenja kod učenika (Kennedy i sur., 1991). To je korisna metoda jer, jednom kad je naučena, učenik se ne mora nužno javiti da bi sudjelovao aktivno u nastavi, a što je važno tijekom nastave na daljinu jer je znatno smanjen broj mogućih sudjelovanja javljanjem. Pri tome učenik već aktivno sudjeluje u nastavi samim time što razmišlja o pročitanome i izrečenome te o načinima kako to povezati s drugim naučenim stvarima, ali i sa svojim načinom života.

Smjernice učiteljima za povećanje kvalitete nastave na daljinu

Struktura i sadržaj predavanja

Uzmite u obzir važnost početka predavanja

„Ako se ne zainteresiram za predavanje odmah na početku sata, obično se sve do kraja nastave ne uključujem u njega.“

Marta, 7. razred osnovne škole

Predavanje na daljinu poželjno je započeti upitom koji će potaknuti iznenađenje kod učenika (npr. „Prije nego što počnemo s predavanjem, zna li možda netko što predstavlja ovaj simbol?“). Tako možete odmah pridobiti pozornost učenika i potaknuti njihovu znatiželju. Ovaj način započinjanja predavanja može pobuditi kod učenika određene akademske emocije, u ovom slučaju iznenađenje do kojeg dolazi kada se učenik susretne s nečim neočekivanim (D’Mello i Graesser, 2012). To iznenađenje može dalje kod učenika potaknuti znatiželju ili zbunjenost ovisno o kontekstu (Vogl i sur., 2019), a što su emocije koje potiču daljnje proučavanje teme.

Kada zadobijete pažnju učenika, nastojite je zadržati tijekom predavanja. Hidi i Renninger (2006) opisali su Četverofazni model razvoja interesa. Prva faza razvoja interesa jest potaknuti situacijski interes. Ako

se interes održi, prva se faza razvija u drugu fazu održanog situacijskog interesa. Treća faza može se razviti iz druge faze, a karakterizira je razvoj individualnog interesa, a u četvrtoj fazi dolazi do dobro razvijenog individualnog interesa.

Kako bismo vam približili ove faze opisat ćemo ih kroz primjer predavanja geografije u osnovnoj školi. Zamislite sat geografije na kojem učenici uče o Hrvatskoj susjednim zemljama. Prvu fazu razvoja interesa učenika za predavanje ostvaruje se, kao što smo to već naveli, situacijskim čimbenicima. Jedan od načina na koji se to postiže jest putem dijeljenja neobične informacije s učenicima (Hidi i Renninger, 2006). Tako biste za početak svoje učenike mogli zapitati: „Jeste li znali da se u BiH nalazi jedna od posljednjih očuvanih europskih prašuma?“. Budući da prašume nisu nešto što obično povezujemo s Europom, a još manje s nama susjednim zemljama, ova bi informacija vjerojatno bila učenicima dovoljno neobična i nesvakidašnja da zaokupi njihovu pozornost i tako kod njih potaknete situacijski interes. Kako bi učenici iz prve faze interesa prešli u drugu, odnosno zadržali situacijski interes, treba im za to pružati dodatnu vanjsku potporu. Tako biste nakon vašeg prvotnog pitanja sa svojim učenicima mogli započeti raspravu o tome koja su obilježja prašume i vidjeti koja su od njih prisutna kod one u BiH (riječ je o Perućici). Time bi učenici imali prilike postaviti dodatna pitanja o temi s kojom ste ih zainteresirali. Potom kod nekih učenika dolazi do treće faze, odnosno do razvoja individualnog interesa za tu temu. Tako ti učenici nastavljaju dalje istraživati o prašumama i nakon održanog nastavnog sata (npr. o tome na kojim se još neobičnim mjestima mogu pronaći prašume i slično). Na kraju, u četvrtoj fazi, može doći do dobro razvijenog individualnog interesa gdje se neki učenici čak odluče i za studij u tom području, a kako bi se i dalje nastavili baviti tematikom od interesa. Stoga ne treba zanemariti važnost poticanja interesa kod učenika vezanog za određenu tematiku jer se nikad ne zna kod koga će upravo to potaknuti razvoj individualnog interesa o toj temi.

Povežite nastavni sadržaj sa svakodnevnim životom

„Nije mi lako motivirati se za učenje ako ne vidim na koji je način ono povezano sa stvarnim životom.“

Tomislav, 6. razred osnovne škole

Bitno je da učenici uoče važnost predavanja na daljinu i njezinu primjenjivost i povezanost sa svakodnevnim životom. Stoga nastojte povezati predavanje s drugim predmetima (npr. povežite povijest i kemiju), ali i s primjerima iz svakodnevnog života u kojima se uočava pojava o kojoj učenicima predajete. Znanje nastaje kroz vlastitu aktivnost onoga tko uči, ono je rezultat interakcije između pojedinca i okoline, tj. djelovanja poje-

dinca na objekte iz stvarnosti. Osoba razumije svijet oko sebe prvenstveno kroz analizu vlastitih djelovanja na taj svijet te je iz toga razloga vrlo bitno da svojim učenicima pokušate objasniti kako ono što uče na predavanju mogu primijeniti u svojoj neposrednoj okolini. Važno je također da učenicima približite načine na koje novo usvojeno znanje mogu povezati s onim od prije, odnosno kako novo znanje asimilirati u staro, jer kada se učenje odvija na taj način, onda je cijeli proces puno tečniji i jednostavniji (Pešikan, 2010).

Osmislite izazove za učenike

„Volim kada nam učiteljica daje neobične zadatke na satu, dosadno je kada ona samo priča a mi zapisujemo.“

Ana, 2. razred osnovne škole

Pokušajte osmisliti problem, stvorite izazov (npr. „Što mislite zašto su baš svi najpoznatiji psiholozi nakon 40-ih godina prošlog stoljeća većinski bili iz SAD-a?“). Učenici vole izazove i oni im često okupiraju pažnju. Izazovi zahtijevaju i dublju obradu informacija čime se bolje usvaja samo gradivo, a mogu dovesti i do stanja zanesenosti. Zanesenost predstavlja ugodno psihološko stanje koje osobe doživljavaju onda kada su u tolikoj mjeri usredotočene na zadatak kojim se trenutno bave da istim postaju u potpunosti zaokupljene (Csikszentmihalyi, 2000). No, stanje se zanesenosti kod učenika ne može postići postavljanjem bilo kakvih izazova. Glavni preduvjet za pojavu stanja zanesenosti jest taj da postoji ravnoteža između izazova i vještina, s tim da ti izazovi koji se nalaze pred učenicima, kao i vještine potrebne za njihovo uspješno razrješavanje, trebaju za učenika biti iznadprosječni, ali ne i preteški (Csikszentmihalyi, 2000). Ako su izazovi koje postavljate pred svoje učenike, kao i vještine potrebne za njihovo rješavanje niski, tada se javlja osjećaj apatije, koji se najbolje može opisati kao stanje ravnodušnosti i nezainteresiranosti. S druge strane, ako svojim učenicima zadate visoke izazove, ali oni nemaju za njih odgovarajuće vještine, tada će se kod njih najvjerojatnije pojaviti osjećaj anksioznosti, odnosno tjeskobe uslijed nemogućnosti nošenja sa situacijom. I naposljetku, ako niske izazove zadate učenicima s visokim vještinama, tada će se kod njih vjerojatno pojaviti dosada zbog obavljanja posla koji je daleko ispod njihovih mogućnosti (Marić, 2018).

Kako biste kod svojih učenika potaknuli zanesenost, zadatci koje im zadajete trebaju biti dovoljno izazovni da im ne budu prelagani i samim time nestimulirajući, ali istovremeno treba voditi računa o tome da učenici posjeduju vještine potrebne za svladavanje tih zadataka. Ako zadatci nadilaze učeničke vještine za njihovo uspješno rješavanje, mogu im djelo-

vati obeshrabrujuće i dovesti do toga da odustanu od njihovog dovršavanja. Zanesenost se kod učenika najlakše može prepoznati kada primijetite da su učenici u potpunosti usmjereni na zadatak te uopće ne primijete koliko je vremena prošlo dok su rješavali zadatak te ih iznenadi kada od njih zatražite da podijele s vama što su napravili. Zanesenost se pokazala povezanom s mnogobrojnim pozitivnim ishodima u akademskom kontekstu, poput boljeg svladavanja nastavnog programa, većeg akademskog postignuća, ali i veće dobrobiti studenata (Rijavec i Ljubin Golub, 2018), stoga je korisno pronaći zadatke koji će učenike zainteresirati i zaokupiti na toj razini da dovedu do osjećaja zanesenosti.

Potaknite ugodne emocije kod učenika

„Puno mi je lakše pratiti na satu kada sam dobre volje.“

Lucija, 8. razred osnovne škole

Učenici pamte kakve ih emocije vežu za nastavu i to djeluje na njihovo zalaganje i učenje gradiva. Barbara L. Fredrickson (2001) opisuje četiri funkcije pozitivnih emocija, od kojih je prva od njih ta da pozitivne emocije proširuju naš repertoar mišljenja i ponašanja. Pretpostavke za tu funkciju temelji na dugogodišnjim istraživanjima Isen i suradnika (za pregled vidjeti Isen, 2000), a prema kojima se pokazalo da ljudi koji doživljavaju ugodan afekt imaju značajno neobične, fleksibilne, kreativne i efikasne obrasce mišljenja. Tako pozitivne emocije proširuju trenutni repertoar misli i akcija kod ljudi, šireći na taj način raspon misli i ponašanja koje ima padaju na pamet (Fredrickson, 2004). Primjerice, radost može potaknuti poriv za igrom, pomicanjem granica, kreativnim izražavanjem i slično.

U skladu s time mnoga istraživanja iz područja akademskih emocija pokazala su kako su pozitivne emocije, koje učenici doživljavaju vezano za različite akademske situacije, povezane s dubinskim strategijama učenja, samoreguliranim učenjem te višim školskim postignućem (npr. Pekrun i sur., 2011; Pekrun i sur., 2017). Vodeći se time pokušajte kod učenika potaknuti ugodne emocije tijekom nastave na daljinu pomoću stvaranja ugodnog radnog okruženja, korištenja humora u nastavi i sličnih strategija, jer to može imati dalekosežne pozitivne posljedice za njihove akademske ishode.

Učinite predavanja raznovrsnima

„Dosadno je kada na predavanjima uvijek radimo jednu te istu stvar.“

Stjepan, 5. razred osnovne škole

Predavanja tijekom nastave na daljinu korisno je razlomiti na različite dijelove (usmeno predavanje učitelja, grupni rad, gledanje videosadržaja povezanog s nastavnim sadržajem...). Pažnja učenika varira tijekom predavanja, a u novonastalim okolnostima nastave na daljinu, gdje su učenici izloženi različitim distraktorima, pažnja je u znatno većoj ugrozi. Općenito, nalazi istraživanja ukazuju na to da možete: (1) pomoći učenicima da zadrže pažnju za izvršenje zadatka čak i kad je taj zadatak izazovan pružajući im primjerice podršku kako bi se mogao aktivirati situacijski interes i/ili u obliku povratne informacije koja im omogućuje da održe pažnju, (2) stvarati prilike za postavljanje znatiželjnih pitanja i (3) birati ili stvarati sadržaj koji promiče rješavanje problema i stvaranje strategija usvajanja novog znanja (Hidi i Renninger, 2006).

Teorija kognitivnog opterećenja sugerira da kognitivno preopterećenje može interferirati s motivacijom učenika za učenjem inhibiranjem pažnje koja je usmjerena na nastavni materijal (Hartley, 1999). To je u skladu s tvrdnjom da je motivacija učenika narušena ako se učenici osjećaju preplavljeni mentalnim naporom potrebnim za naučiti gradivo (Kim i Frick, 2011). Istraživanja pokazuju (Tyler-Smith, 2006, prema Kim i Frick, 2011) da kognitivno preopterećenje pridonosi visokim stopama odustajanja u prvih nekoliko tjedana *online* nastave, pogotovo među onima koji se prvi put susreću s učenjem u *online* okruženju. Upravo je iz tog razloga bitno pobrinuti se za to da predavanje na jasan i smislen način bude podijeljeno na više različitih dijelova koji ne traju predugo. Na taj je način moguće izbjeći potencijalni zamor kod učenika, ali i učitelja.

Nekonvencionalni načini sudjelovanja u nastavi

U jednom istraživanju pokazano je da bi se barem 20% nastave na daljinu trebalo sastojati od nekonvencionalnih, inovativnih i aktivnih metoda učenja, kako bi bilo učinkovito (Borisova i sur., 2016). Kako biste uspjeli u tome, možete od učenika tražiti da tijekom određenog vremenskog roka unutar vlastitih domova pronađu predmete povezane s temom koja se trenutno obrađuje na nastavi te kažu nešto o njima. Primjerice, ako se na određenom terminu predavanja nastave na daljinu iz biologije uči o sisavcima, mogli biste svoje učenike zamoliti da unutar 5 minuta potraže imaju li kod kuće neku slikovnicu, knjigu ili časopis koja na svojoj naslovnoj stranici ima sliku određenog sisavca te kažu nešto o istom. Još jedan neobičan način na koji možete potaknuti svoje učenike na sudjelovanje jest i igranjem uloga, pa biste tako na satu likovne umjetnosti od učenika mogli zatražiti da se uživi u ulogu Clauda Moneta i objasni ostatku učenika način na koji i razlog zbog kojeg je slikao svoja impresionistička djela, a od drugog da učini isto, ali iz pozicije Édouarda Maneta za realizam. Uz to što ćete učenike aktivnije uključiti u nastavu na daljinu, možete se

zajedno s njima i dobro zabaviti poučavajući ih o nastavnom sadržaju na nekonvencionalan način.

Potaknite razvoj kritičkog mišljenja kod učenika

Kvašček (1977) u svojoj studiji razvijanja kritičkog mišljenja kod učenika dolazi do nalaza da je kritičko mišljenje učenika pozitivno povezano s mogućnosti preciznijeg izražavanja vlastitim riječima i pronalaženjem vlastitih primjera te s procjenjivanjem vjerodostojnosti znanstvenih ideja i sposobnošću uvida koja govori o tome koji se zaključci mogu izvesti iz navedenog teksta. Međutim, kako bi se omogućilo kritičko mišljenje, potrebno je služiti se određenim tehnikama, odnosno znati kako oblikovati sadržaj nastave, potaknuti učenike na neuobičajene načine učenja te se služiti metodama grozdova, vođenog čitanja, oluje ideja i INSERT metodom. Sve te metode i kako ih učitelji mogu koristiti opisati ćemo u sljedećim odlomcima.

Grozdovi

Metoda je grozdova nelinearna metoda asocijacija koja potiče učenike da slobodno i otvoreno razmišljaju o temi koja je predmet predavanja na daljinu. Sastoji se od toga da zatražite od učenika da napišu ključni pojam ili temu na sredinu papira te oko zadanog pojma zapisuju riječi ili fraze koje ih asociraju na ključnu temu. U isto vrijeme naglasite im kako se pojmovi međusobno povezuju strelicama ako su na neki način u vezi. Novi se pojmovi zapisuju sve dok ne istekne vrijeme predviđeno za zadatak ili im ponestane ideja. Po završetku aktivnosti od nekoliko učenika možete zatražiti da pročitaju svoje grozdove te objasne zašto su određeni pojmovi kod njih povezani. Iako je ova metoda prikladnija za manje skupine učenika jer iziskuje puno vremena (Bjelanović Dijanić, 2012; King i Shell, 2002), postoje načini na koje se može prilagoditi tijekom nastave na daljinu. Primjerice, učenicima možete unaprijed poslati dokument u kojem je naveden ključni pojam na sredini stranice te ih zatražiti da svatko napravi svoj grozd povezanih pojmova. Po završetku aktivnosti zatražite da dio učenika podijeli svoj ekran s ostalima te da detaljnije objasni svoj grozd, a da se ostali učenici uključe komentirajući imaju li slično ili različito organizirane grozdove.

Interaktivni sustav obilježavanja za učinkovito čitanje i razmišljanje (INSERT metoda)

INSERT metoda (eng. *Interactive Notating System for Effective Reading and Thinking*) tehnika je čitanja koja se bazira na provjeri predznanja i po-

stavljanju pitanja. Učenici tijekom čitanja trebaju označiti različite vrste informacija unaprijed dogovorenim znakovima. Pritom oznaka kvačice znači da im je informacija poznata od ranije, oznaka plus da im je informacija nova, oznaka minus da je informacija u suprotnosti s onime što su ranije mislili te oznaka upitnik da žele postaviti pitanje kako bi bolje razumjeli napisano ili pak saznali nešto više o tome (Temple i sur., 2001). Ova metoda poticanja kritičkog mišljenja pokazala se izrazito korisnom za učenje stranih jezika te općenito za širenje vokabulara u materinjim, ali i u stranim jezicima. Praktično ju je koristiti tek onda kada su učenici upoznati s predmetom (Ionescu, 2017), a tijekom nastave na daljinu možete učenicima unaprijed poslati tekst koji trebaju pročitati i označiti ga dogovorenim znakovima, a nakon završetka aktivnosti možete zajedno prokomentirati nedoumice koje učenici navode.

Vođeno čitanje

Vođeno je čitanje tehnika čitanja u kojoj učitelj postavlja pitanja tijekom čitanja učenika. Tekst koji se proučava potrebno je podijeliti na manje dijelove, a potom dati učenicima da pročitaju te dijelove. Učenike možete podijeliti u nekoliko *online* soba (primjerice, program *MS Teams* omogućuje opciju *breakout rooms*) u kojima sami mogu diskutirati o svom dijelu teksta, a nakon toga se vratiti u online sastanak gdje se nalaze svi. Kada se učenici vrate u zajednički sastanak u kojem se održava predavanje, svaka grupa čita svoj dio teksta prilikom čega im možete postaviti pitanja o tome što su čitali. Korisno je postaviti pitanja otvorenog tipa jer tako potičete učenike da razmisle o pročitanim, pokušaju inkorporirati nove informacije u već postojeću strukturu znanja te predvidjeti o čemu će biti riječ u sljedećem djelu teksta (Mrdeža, 2017). Zbog svoje jednostavnosti ova metoda može biti vrlo korisna za provjeru toga jesu li učenici razumjeli novo gradivo, što omogućava brzu i pravovremenu intervenciju vas kao učitelja ako za istu ima potrebe.

Oluja ideja

Oluja je ideja jedna od najkorisnijih ideja za aktivno sudjelovanje u nastavi jer ne traži prošlo iskustvo ili znanje za pripremu. Ta se ideja temelji na tome da iznesete neki problem vezan za temu koja se podučava te zatražite od učenika da iznesu moguća rješenja problema. Važno je pritom ne kritizirati rješenja nijednog učenika, već naprotiv, poticati navođenje ideja pa makar one bile neučinkovite. Ova tehnika može se koristiti i u većim i u manjim grupama. Zbog svih navedenih prednosti, oluja ideja idealna je za nastavu na daljinu te se sve češće koristi u e-učenju (Mrdeža, 2017).

Nastava može biti zabavana i zanimljiva i tijekom nastave na daljinu, ali i tijekom klasične nastave

Sve iznad navedene smjernice mogu se primijeniti i u nastavi na daljinu i u nastavi uživo. Što se nekonvencionalnih načina sudjelovanja u nastavi tiče, oni se ne mogu na jednak način primjenjivati u nastavi na daljinu i u sklopu klasične nastave. To, međutim, ne treba biti problem jer bi učenike neovisno o uvjetima u kojima se provodi nastava trebalo poticati na nekonvencionalne načine sudjelovanja u istoj. Budući da učenici u okviru klasične nastave nemaju pristup objektima kod kuće, možete ih unaprijed zatražiti da od kuće donesu predmet koji ima veze s gradivom koje ćete obrađivati. Što se tiče igranja uloga, ono se i uživo i na daljinu može izvoditi na sasvim isti način. Sve metode za razvoj kritičkog mišljenja (metoda grozdova, INSERT metoda, vođeno čitanje i oluja ideja) gotovo se na identičan način izvode pri nastavi na daljinu i u klasičnoj nastavi, jedina je razlika što se tijekom klasične nastave vi i učenici nalazite u istoj prostoriji.

Zaključak

Iako se zainteresiranost i voljnost učenika za praćenjem nastave na daljinu pokazala pravim izazovom većini učitelja, u ovom smo poglavlju pokušali navesti neke smjernice kojima bi se moglo doskočiti tome. Neke su od njih intrigantan početak predavanja na daljinu, primjeri iz svakodnevnog života, stvaranje izazovne atmosfere, ugodno ozračje te raznovrsnost aktivnosti unutar predavanja. U oblikovanju stimulirajuće nastave bitnu ulogu igraju i nekonvencionalni načini učenja. Naime, već sama činjenica da se radi na nov i ne toliko poznat način, može doći do zanimanja učenika. Ne treba zanemariti niti ulogu koju metode grozdova, vođeno čitanje, oluje ideja te INSERT metoda imaju na razvoj kritičkog mišljenja, koje je jedan od najkorisnijih alata po pitanju aktivnog uključivanja učenika u samu nastavu. Uvjereni smo da su učitelji neke od ovih način već koristili i u klasičnom obliku nastave, a sada je samo potrebno prilagoditi ih *online* okruženju u svrhu povećanja kvalitete nastave.

Literatura

- Bjelanović Dijanić, Ž. (2012). Neke metode za razvoj kritičkog mišljenja učenika po ERR sustavu. *Metodički ogleđi*, 19(1), 163–179. https://hrcak.srce.hr/index.php?show=clanak&id_clanak_jezik=139454
- Borisova, O. V., Vasbieva, D. G., Malykh, N. I., Vasnev, S. A. i Bírová, J. (2016). Problem of using innovative teaching methods for distance learning students. *International Electronic Journal of Mathematics Education*, 11(5), 1175–1184. <https://www.iejme.com/article/problem-of-using-innovative-teaching-methods-for-distance-learning-students>
- Csikszentmihalyi, M. (2000). *Beyond boredom and anxiety: Experiencing flow in work and play*. Jossey-Bass.
- D’Mello, S. i Graesser, A. (2012). Dynamics of affective states during complex learning. *Learning and Instruction*, 22(2), 145–157. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1016/j.learninstruc.2011.10.001>
- Fredrickson, B. L. (2001). The role of positive emotions in positive psychology: The broaden-and-build theory of positive emotions. *American Psychologist*, 56(3), 218–226. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.56.3.218>
- Fredrickson, B. L. (2004). The broaden–and–build theory of positive emotions. *Philosophical Transactions of the Royal Society of London. Series B: Biological Sciences*, 359(1449), 1367–1377. <https://doi.org/10.1098/rstb.2004.1512>
- Gottfried, A. E. (1990). Academic intrinsic motivation in young elementary school children. *Journal of Educational Psychology*, 82(3), 525–538. <https://doi.org/10.1037/0022-0663.82.3.525>
- Hartley, K. W. (1999). Media overload in instructional web pages and the impact on learning. *Education Media International*, 36(2), 145–150. <https://doi.org/10.1080/0952398990360210>
- Hidi, S. i Renninger, K. A. (2006). The four-phase model of interest development. *Educational Psychologist*, 41(2), 111–127. https://doi.org/10.1207/s15326985ep4102_4
- Ionescu, M. I. (2017). Developing reading skills through vocabulary exercises. *Research and Science Today*, 13(1), 148–155. <https://www.cceol.com/search/article-detail?id=520882>
- Isen, A. M. (2000). Positive affect and decision making. U M. Lewis i J. M. Haviland-Jones (Ur.), *Handbook of emotions* (str. 417–435). Guilford.
- Kim, K. J. i Frick, T. W. (2011). Changes in student motivation during online learning. *Journal of Educational Computing Research*, 44(1), 1–23. <https://doi.org/10.2190%2FEC.44.1.a>

- King, M. i Shell, R. (2002). Teaching and evaluating critical thinking with concept maps. *Nurse Educator*, 27(5), 214–216. https://journals.lww.com/nurseeducatoronline/Citation/2002/09000/Teaching_and_Evaluating_Critical_Thinking_With.8.aspx
- Kvašček R. (1977). *Razvijanje kritičkog mišljenja kod učenika*. Zavod za udžbenike i nastavna sredstva.
- Marić, M. (2018). *Zanesenost u učenju i postavljanje ciljeva* [Neobjavljena doktorska disertacija]. Učiteljski fakultet Sveučilišta u Zagrebu.
- Mrdeža, A. (2017). *Razvoj kritičkog mišljenja* [Neobjavljen diplomski rad]. Pomorski fakultet Sveučilišta u Splitu.
- Niemi, H. (2002). Active learning—a cultural change needed in teacher education and schools. *Teaching and Teacher Education*, 18(7), 763–780. [https://doi.org/10.1016/S0742-051X\(02\)00042-2](https://doi.org/10.1016/S0742-051X(02)00042-2)
- Pekrun, R., Goetz, T., Frenzel, A. C., Barchfeld, P. i Perry, R. P. (2011). Measuring emotions in students' learning and performance: The Achievement Emotions Questionnaire (AEQ). *Contemporary Educational Psychology*, 36(1), 36–48. <https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2010.10.002>
- Pekrun, R., Lichtenfeld, S., Marsh, H. W., Murayama, K. i Goetz, T. (2017). Achievement emotions and academic performance: Longitudinal models of reciprocal effects. *Child Development*, 88(5), 1653–1670. <https://doi.org/10.1111/cdev.12704>
- Pešikan, A. (2010). Savremeni pogled na prirodu školskog učenja i nastave: Socio-konstruktivističko gledište i njegove praktične implikacije. *Psihološka istraživanja*, 13(2), 157–184. <https://scindeks.ceon.rs/article.aspx?artid=0352-73791002157P>
- Rijavec, M. i Ljubić Golub, T. (2018). Zanesenost u akademskim aktivnostima i dobrobit studenata. *Psihološke teme*, 27(3), 519–541. <https://doi.org/10.31820/pt.27.3.9>
- Sikirica, M. (2003). *Metodika nastave kemije*. Školska knjiga.
- Temple, C., Steele J. L. i Meredith K. S. (2001). *Čitanje i pisanje za kritičko mišljenje: Čitanje, pisanje i diskusija u svakom predmetu, vodič kroz projekt III*. Forum za slobodu odgoja.
- Šimić, A. (2018). *Izrada metodičke pripreme za nastavu-priručnik za pripravnike i učitelje tehničke kulture*. Osnovna škola kneza Branimira Donji Muć. http://os-kneza-branimira-donjimuc.skole.hr/upload/os-kneza-branimira-donjimuc/multistatic/14/Izrada_metodicke_pripreme-PRIRUCNIK-Simic.pdf
- Vogl, E., Pekrun, R., Murayama, K., Loderer, K. i Schubert, S. (2019). Surprise, curiosity, and confusion promote knowledge exploration: Evidence for robust effects of epistemic emotions. *Frontiers in Psychology*, 10, Article 2474. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.02474>

Kako učitelji mogu procjenjivati i vrednovati učeničko znanje tijekom nastave na daljinu?

Matea Bogdan, Maria Šurina

Uvod

Bilo na daljinu ili uživo, vrednovanje znanja ključan je element formalnog obrazovanja (Angus i Watson, 2009), a prema nekim autorima čak se može reći da je vrednovanje ključni čimbenik u učinkovitom podučavanju (Bransford i sur., 2000). Pristup učitelja prema vrednovanju znanja učenika ili studenata djeluje na percepciju polaznika o samom predmetu, sadržaju i svom radu unutar istog (Brookhard, 1997, prema Baleni, 2015). Također, ono što učenici doživljavaju kao sadržaj koji je bitan za naučiti, često nije ono što je definirano kurikulumom, već ono za što će biti ocijenjeni (Lemanski, 2011). Na temelju toga, moguće je zaključiti kako bi vrednovanje trebalo omogućiti učenicima da pokažu u kojem opsegu su se razvile njihove vještine i, u isto vrijeme, obogatiti njihov proces učenja (Lemanski, 2011). Biggs i Tang (2015, prema Baleni, 2015) ističu kako ispravan odabir načina vrednovanja, uz povezivanje vrednovanja s ishodom učenja stvara dobru praksu učenja.

Vrednovanje tijekom nastave na daljinu

Ministarstvo znanosti i obrazovanja u okviru je kurikularne reforme, čak i prije uvođenja nastave na daljinu, objavilo Smjernice za vrednovanje (MZO, 2020) koje se temelje na tradicionalnim načinima vrednovanja. Sukladno potrebi uvođenja nastave na daljinu, ti tradicionalni načini morali su biti prilagođeni novim potrebama te je Ministarstvo predložilo uvođenje digitalnih tehnologija (CARNET, 2018). Vrednovanje u provedbi nastave na daljinu obogaćuje nastavni proces suvremenijim pristupom provjeravanju i praćenju učeničkog rada i napretka, a također potiče uključenost učenika i samoregulirano učenje (CARNET, 2018). Procjena znanja i vrednovanje neki su od ključnih elemenata obrazovnog procesa u virtualnom okruženju. S obzirom na to da se učenje i obrazovanje u većini slučajeva odvija s prostornim ili vremenskim odmakom, napredak digitalnih tehnologija omogućuje porast kvalitete u provedbi i vrednovanju *online* nastave. Iako zahtijeva određenu razinu vladanja tehnologijom i kompetencija učitelja, digitalizacija procesa učenja i vrednovanja

„omogućuje stalnu dostupnost instrumenta za vrednovanje, neograničeni pristup rješavanju oblikovanih pitanja i zadataka za provjeru znanja, simulaciju, kolaboraciju, učenje kroz igru i samouvid u rezultate učenja“ (CARNET, 2018). Sudjelovanje u nastavi na daljinu zahtijeva od svih sudionika nastavnog procesa strpljivost, disciplinu i upornost, što vrednovanje učeničkog rada čini posebice teškim zadatkom, stoga ćemo u ovom poglavlju raspraviti o nekim mogućnostima vrednovanja na daljinu te smjernicama učiteljima za isto.

Preduvjeti za uspješno *online* vrednovanje znanja

Tehnološko unaprjeđenje škola počelo je i ranije, što je stvorilo temelj za brzu i učinkovitu prilagodbu situaciji u kojoj su obrazovni programi u kratkom vremenu trebali prijeći na daljinu. Prema Rahimu (2020) postoje dva preduvjeta za uspješno vrednovanje na daljinu, a to su institucionalna i nastavnička spremnost. Institucionalna spremnost odnosi se na propisana pravila, dostupna sredstva i uvriježene prakse rada institucija. Uključuje potrebnu infrastrukturu za *online* nastavu te pristup internetu, što stavlja škole s dobrom informatičkom podrškom u prednost. Nastavnička spremnost također je bitna i uključuje posjedovanje znanja o dostupnim *online* alatima za provedbu vrednovanja i procjena. Platforma e-Laboratorij, razvijena od Hrvatske akademske i istraživačke mreže (CARNET), omogućuje učiteljima pristup besplatnim (ili djelomično besplatnim) digitalnim alatima koji se mogu koristiti u nastavnom procesu. Alati su na platformi podijeljeni u kategorije (npr. ankete, interaktivni sadržaji, izrada digitalnog sadržaja...), a također postoji kategorija koja obuhvaća alate koji se mogu koristiti za praćenje i vrednovanje. Za oba je preduvjeta najbitnije dobro školsko rukovodstvo koje će utvrditi postojeće nedostatke u infrastrukturi i nastavničkoj spremnosti te organizirati daljnji razvoj i napredak.

Dostupni alati i sustavi za vrednovanje i praćenje učeničkog znanja

CARNET održava masovne otvorene *online* tečajeve (MOOC; eng. *Massive Open Online Courses*) na platformi *Dabar*, dok su sustavi *Loomen* i *Merlin* održavani putem *Moodlea*. Prema CARNET-u (2018) *Moodle* „(prilagodljivo objektno-orijentirano dinamičko okruženje za učenje) je programski alat za izradu elektroničkih obrazovnih sadržaja te održavanje nastave na daljinu“. Dostupnost alata poput *Merlina*, *Kahoota*, *Mentimetera*, *Quizleta* i drugih, omogućava samoprovjeru prije ispita i zanimljiv

način praćenja rada učenika, dok su za matematičke zadatke dostupni alati *Matific* i *Geogebra*.

Moodle – karakteristike sustava

Aljawarneh (2019) je u svom radu usporedio korištenje alata poput *Wikipedije*, *Moodlea* (kod nas npr. *Merlin*), *Web 2.0*, *Web 3.0* i *Blackboarda*, na temelju njihovih prednosti i nedostataka pri korištenju. Njegov zaključak favorizira korištenje *Moodlea*, no zamjera mu nedostatak društvene komponente za koju smatra da je od važnosti u obrazovnom procesu. Karakteristike koje *Moodle* čine odličnim za korištenje jesu mogućnost izrade velikog broja predmeta u jednom sustavu, što u praktičnoj primjeni za učenika znači da na jednom mjestu ima sve predmete koje pohađa u polugodištu ili nastavnoj godini. Učenicima je vidljiv raspored aktivnosti čime se omogućuje planiranje aktivnosti, moguće je dijeliti sadržaje i datoteke (učitelji mogu učenicima postavljati sadržaj, ali i učenici mogu predavati zadaće i zadatke), korisnici mogu komunicirati putem foruma koji je vidljiv svim članovima i putem privatnih poruka te se mogu provoditi aktivnosti praćenja i ocjenjivanja. *Moodle* omogućuje izradu anketa, provjera znanja i igara. Sustav omogućuje oblikovanje tih sadržaja pa vrste pitanja u testu provjere znanja mogu obuhvaćati: višestruki odabir, točno/netočno, uparivanje odgovora, kratki odgovor, broičano pitanje, esej, jednostavno računsko pitanje, odabir riječi koje nedostaju, umetanje riječi koje nedostaju i opis (CARNET, 2018). Shim i Shim (2019) su ispitali učinak razigranosti sustava (eng. *system playfullness*), što može obuhvaćati kreativnost sučelja i raznolikost mogućnosti koje platforma pruža na učenje vještina i usvajanje znanja. Zaključili su da razigranost sustava ima pozitivan učinak na usvajanje znanja i vještina, što bismo s obzirom na brojne nabrojane mogućnosti mogli povezati sa sustavom *Moodlea*.

Moodle – podaci o uspješnosti učenika

Postavke ispita uređuju učitelji koji ujedno imaju i uvid u rezultate. Izvještaj o rezultatima ispita u *Moodle* sustavu obuhvaća opsežnu statističku analizu: ocjena svakog učenika pojedinačno, podatke za svaki zadatak te sveukupnu uspješnost. Bilježi se utrošeno vrijeme i ostvareni bodovi, a učitelji imaju pregled prosječne ostvarene ocjene, standardne devijacije, asimetrije raspodjele rezultata, koeficijenta interne konzistentnosti, standardne pogreške itd. Dostupnost ovih podataka omogućuje učiteljima uvid u područja koja učenici možda nisu uspješno savladali, ali i uvid u primjerenost testa i njegovu internu strukturu. Monllao i suradnici (2018)

konstruirali su prediktivni model prema kojem mogu, na temelju podataka o korištenju sustava MOOC (u Hrvatskoj CARNET organizira velik broj *online* tečajeva koji su dostupni putem njihovih mrežnih stranica), predvidjeti uspjeh studenata sa 88,81% točnosti. Autori su, na temelju podataka iz osam otvorenih MOOC-a, konstruirali varijable temeljene na vrednovanju koje mogu služiti kao prediktori uspjeha na tom tečaju, a to su povratne informacije o aktivnostima, međusobna evaluacija u raspravama na forumima te postotak broja pokušaja i rezultata rješavanja kvizova. Navedene su varijable u negativnoj korelaciji s odustajanjem, pa je prema njima moguće razlikovati polaznike koji će odustati od tečaja ili one koji ne usvajaju sadržaj dobro, od onih koji će tečaj završiti s nekom od dobrih ocjena. Prema tome bismo primjenom metode Monllaoa i suradnika (2018) mogli prilagoditi sadržaj i zahtjeve korištenja kako bismo potaknuli veću uspješnost učenika. Stoga je posebno korisno što Moodle bilježi broj pokušaja, vrijeme, prikaz odgovora i bilješku o uspjehu za ispite znanja i igre koji su dostupni (CARNET, 2018).

Praćenje podataka radi veće uspješnosti

Tehnike rudarenja podataka (eng. *process mining techniques*) pružaju vrijedne informacije u kontekstu iskorištavanja tehničkih mogućnosti i podataka koji su dostupni studentima kroz sustave virtualnog učenja. Cerezo i suradnici (2019) primijenili su algoritam nazvan *Inductive Miner* na platformi *Moodle 2.0* (ekvivalent sustavu *Merlin* u Hrvatskoj). Autori su ekstrahirali podatke iz interakcija 101 studenta, to jest iz 21 629 tragova prijavljivanja u sustav. Cilj primjene tog algoritma bio je ispitati povezanost prijave u sustav i „klikanja po stranici“ na samoregulirano učenje i modele učenja koji pridonose uspjehu u obrazovnom procesu. Prema Cerezu i suradnicima (2019) primjenom ovog algoritma autori su utvrdili model ponašanja studenata koji su ostvarili prolaznu ocjenu i model ponašanja studenata koji to nisu ostvarili. Također, ovakva je analiza pokazala koja točno ponašanja koriste studenti koji prolaze. Zanimljivost koju ističu jest da čak i kada studenti nisu pratili točne naputke učitelja, kod onih koji su ostvarili prolaz bile su očitije strategije samoregulacije. One su se očitovale kroz učenikove odluke o tome što, kada, kako i koliko dugo će učiti. Drugim riječima, učenici su samostalno planirali, provodili i procjenjivali svoje stjecanje znanja. Uz to, kod onih koji su ostvarili prolaznu ocjenu zamijetila se češća upotreba foruma i sličnih strategija zajedničkog učenja ili kolaboracije, koja nije bila vidljiva kod studenata koji nisu ostvarili prolaznu ocjenu (Cerezo i sur., 2019).

Na temelju podataka iz ovih istraživanja učiteljima se preporuča da prate aktivnosti njihovih učenika na platformi *Moodle*, da pokušaju omo-

gućiti što više raznovrsnijih načina samoprovjere (ali ne izgubiti fokus s bitnih dijelova gradiva koje je potrebno naučiti) te da pokušaju, prema podacima o pristupanju igrama i provjerama, procijeniti na koje gradivo trebaju staviti dodatan naglasak prije same provjere znanja. Aktivna uključenost učitelja i učenika na *Moodle* platformi može dovesti do odličnih rezultata na provjerama, razvijanju odgovornosti, motivacije i samoreguliranog učenja, no to zahtijeva aktivan angažman i trud svih sudionika.

Vrste zadataka

„Tijekom online provođenja ispita sam uz činjenična pitanja uvrštavala i pitanja primjene znanja na raznim primjerima. Primijetila sam kako je to bio odličan pokazatelj učenikovog znanja, a time sam i kontrolirala mogućnost prepisivanja odgovora.“

Ana, učiteljica biologije u osnovnoj školi

Online ispiti znanja uobičajeno uključuju pitanja višestrukog izbora, alternativnog izbora (točno/netočno pitanja), esejska pitanja te pitanja kratkih odgovora (Boitshwarelo i sur., 2017; Westhuizen, 2016). Takva se pitanja mogu bazirati na činjeničnom znanju i prisjećanju ili pak mogu biti bazirana na praktičnoj primjeni naučenog. Razlika se očituje u težini i razini kognitivnog procesiranja kojeg pitanja potiču kod učenika (Yonker, 2011). Prema tome, učenici koji su površno naučili gradivo će postići slabiji rezultat na praktičnim, primijenjenim pitanjima od učenika koji su učili s razumijevanjem. Rezultati istraživanja Donnellyja (2014) pokazuju višu razinu procesiranja informacija pri zadacima koji sadrže prikaze realnih slučajeva i situacija. Takvi rezultati mogu biti dobro polazište prilikom kreiranja *online* testova.

Upute MZO-a za vrednovanje i ocjenjivanje znanja tijekom nastave na daljinu

Kako bi se učiteljima olakšalo provođenje vrednovanje znanja tijekom nastave na daljinu, Ministarstvo znanosti i obrazovanja (MZO) objavilo je u travnju 2020. Upute za vrednovanje i ocjenjivanje tijekom nastave na daljinu. Prema tim smjernicama preporuča se samovrednovanje prije ispita te korištenje istih alata za vrednovanje u provjerama prije samog vrednovanja, kako bi se učenici upoznali s alatom (MZO, 2020). Predloženo je da se učestalost provjera prilagodi zahtjevima predmeta i satnici u kojoj

se predmet izvodi: ako se predmet izvodi četiri nastavna sata u tjednu, provjera treba obuhvaćati i usmeno ispitivanje putem videokonferencije jedanput do kraja nastavne godine, dok za predmete koji se izvode u satnici tri puta tjedno, nije potrebno ispitivati učenika usmenim putem, osim ako nema dovoljno elemenata za zaključivanje pozitivne ocjene (MZO, 2020). Nastavni proces treba biti usmjeren na „shvaćanje šireg konteksta“, davanje povratnih informacija učenicima o načinima na koje mogu unaprijediti samo učenje te izostaviti sporedne detalje kojima se učenike dodatno opterećuje. Preporuka je da se kriterije i elemente vrednovanja objasni učenicima prije nego što krenu s izradama zadataka i rješavanja ispita, kako bi se umanjio utjecaj ispitne anksioznosti i potaknula motivacija i odgovornost za svoj uradak. Također, za učinkovito korištenje digitalnih alata pri učenju i vrednovanju, treba osigurati da učenici budu u potpunosti upoznati sa sustavom koji koriste, trebaju poznavati njegove mogućnosti i osjećati se pouzdano u korištenju istog. Prema istraživanju NCVVO o iskustvima i zadovoljstvu nastavom na daljinu (2020) 40% učitelja tvrdi da su im Upute za ocjenjivanje MZO-a bile korisne.

Prednosti vrednovanja znanja na daljinu

Radno tržište u modernom svijetu zahtjeva posjedovanje tehničkih vještina i sposobnosti brzog prilagođavanja situaciji (Scott, 2016, prema Boitshwarelo i sur., 2017). Možemo reći kako je brza prilagodba drugačijem načinu vrednovanja zapravo priprema učenika na buduće radne zahtjeve. Ako *online* vrednovanje uključuje korištenje alata za automatizaciju ispravljanja ispita, može pridonijeti objektivnosti i dobitku na vremenu učitelja (Gipps, 2005). U isto se vrijeme može ispitati velik broj učenika te pružiti učenicima brzu i točnu povratnu informaciju o ispravnosti njihovih odgovora.

Nedostaci vrednovanja znanja na daljinu

Nedostaci vrednovanja na daljinu mogu obuhvaćati probleme poput prepisivanja i varanja, nedovoljne mogućnosti procjenjivanja znanja te prečestog ili nedovoljno čestog provođenja testiranja (Boitshwarelo i sur., 2017). Vrednovanje je ograničeno mogućnostima *online* platforme koja se koristi, što djeluje na fleksibilnost u postavljanju pitanja, a koja je uobičajeno moguća u učionici. Nadalje, pošto je dom zamijenio učionicu, treba spomenuti i različite uvjete u kojima učenici rješavaju ispite. Vrednovanje i procjena znanja na daljinu može ovisiti i o čimbenicima koji nisu direktno vezani za samu provedbu i tehničke detalje. Na primjer, motivacija

učenika ima veliku ulogu u uspješnosti provedbe formativnih procjena, a Smith (2007) tvrdi kako određeni uvjeti i situacije mogu djelovati na motivaciju. Pitanje je stoga kako izvanredne situacije, poput pandemije bolesti COVID-19, djeluju na motivaciju i stres učenika te posljedično i na samu procjenu i vrednovanje. Češćim provođenjem testova s manje bodova ili korištenjem probnih testova možemo spriječiti stvaranje dodatnog stresa kod učenika (Boitshwarelo i sur., 2017). U nastavku su navedene smjernice za uspješno vrednovanje i procjenjivanje učeničkog znanja tijekom nastave na daljinu za učitelje.

Smjernice učiteljima za uspješno vrednovanje znanja na daljinu

Odaberite adekvatan način provođenja provjere znanja na daljinu

Odluka o načinu provođenja ispita znanja na daljinu iznimno je bitna za učinkovito i točno vrednovanje učenika. Aljawarneh (2019) je usporedbom različitih alata *Moodleov* software okarakterizirao kao jedan od boljih zbog raznolikosti opcija koje nudi. Uz navedeno, hrvatski učenici imaju najviše iskustva s *Moodleovim* platformama poput *Loomena* i *Merlina*, a poznavanje platforme na kojoj se ispit znanja održava kod učenika će stvoriti osjećaj sigurnosti i smanjiti ispitnu anksioznost. Prema tome, korisno je da procjenu znanja provodite upravo preko navedenih platformi. Ovisno o kurikulumu i ishodima učenja, možete koristiti i neke specijalizirane alate poput *Matific* i *Geogebra* za matematičke zadatke, *Kahoot!* i *Quizlet* za učenje kroz igru ili *Mentimeter* za interaktivne prezentacije.

Odredite način organiziranja provjere znanja na daljinu

Od toliko mogućih načina provedbe vrednovanja učenika otvara se pitanje kako organizirati vrednovanje za najtočniju procjenu znanja. Smith (2007) navodi kako česte i različite vrste procjene znanja potiču uključenost i uspješnost učenika, pa bi tako vrednovanje na daljinu trebalo biti organizirano na sličan način. Drugim riječima, organizirajte češće provjere znanja koje uključuju manje opsege gradiva, a što će vama i učenicima služiti kao dobra povratna informacija kako bi saznali koje gradivo učenici jesu / nisu dobro savladali u ovim drugačijim uvjetima na daljinu. No, imajte na umu da često provođenje *online* ispita znanja može također djelovati na zamor učenika, ali i vas kao učitelja (Boitshwarelo i sur., 2017) što u kombinaciji sa stresom uzrokovanim pandemijom bolesti COVID-19 može nepovoljno djelovati na učeničko vrednovanje i uspjeh. Zato je po-

trebno postići ravnotežu između povoljnih i nepovoljnih učinaka učestalih provjera znanja. Također, koristite više vrsta procjena znanja. Kombinirajte usmene i pismene provjere, različite tipove zadataka, teorijska pitanja i pitanja primjene znanja, i sl. Time osiguravate dobre temelje za točniju procjenu znanja učenika jer se minimalizira utjecaj individualnih razlika u vještinama i sposobnostima učenika i fokus se stavlja na naučeno gradivo.

Jasno komunicirajte s učenicima o načinu vrednovanja znanja

Komunikacija je učitelja i učenika izrazito bitna. Prelazak na nastavu na daljinu može kod učenika izazvati nervozu i strah od drugačijeg načina procjenjivanja znanja. Jasna komunikacija pomaže u razrješavanju takvih problema (Rahim, 2020). Ostavite prostora za raspravu i uključenost učenika u odlučivanje oko različitih metoda vrednovanja kako bi smanjili ispitnu anksioznost i maksimalno prilagodili ispitnu tehnologiju individualnim sposobnostima i vještinama učenika. Različiti učenici posjeduju različita tehnološka znanja i vještine što u konačnici može djelovati na rezultate provedbe procjene i vrednovanja na daljinu (Boitshwarelo i sur., 2017). Također, objasnite učenicima koje gradivo ulazi u ispit znanja te sama obilježja ispita; poput načina provođenja (pismeni ili usmeni ispit), vremenskog ograničenja, tipova zadataka (višestruki izbor, esejska pitanja...) i njihovog bodovanja, kako bi učenici mogli samostalno isplanirati svoje učenje. Prilikom objašnjavanja korisno je navesti i nekoliko primjera zadataka. Potrebno je također naglasiti hoće li učenici dobiti povratnu informaciju te, ako da, kako će ona izgledati te kada će ju biti moguće dobiti. Nadalje, ako je to moguće, koristite internet platforme koje su već ranije poznate učenicima, a u slučaju korištenja novih platforma prilikom ispitivanja znanja, objasnite učenicima tehničke detalje i funkcije te napomenite kome i kako se trebaju obratiti za pomoć ako dođe do tehničkih problema.

Uхватite se u koštac s varanjem na *online* ispitima znanja

Kao i u učionicama, potrebno je obratiti pozornost na moguće varanje prilikom *online* ispitivanja znanja. Neki bi čak rekli da su zbog vrednovanja na daljinu mogućnosti varanja tim veće. Boitshwarelo i suradnici (2017) u svom radu navode više primjera poput korištenja otvorenih knjiga ili bilježnica te korištenja više uređaja za brzo pretraživanje odgovora, mogućnost rješavanja ispita umjesto druge osobe ili rješavanje u manjim grupama. Zbog toga je potrebno da se što bolje informirate o načinima za sprečavanje varanja na ispitima, dok daljnje smjernice mogu poslužiti kao pomoć. Naime, možete koristiti *online* programe i alate koji omogu-

ćuju vizualni i digitalni nadzor učenika. To bi kod pismenih ispita znanja moglo uključivati stvaranje videosastanka na platformama poput *Microsoft Teamsa*, *Zooma*, *Google Meeta*, *JioMeeta* i sl. gdje bi vizualno mogli nadgledati učenike. Najbolji ćete nadzor imati ako učenicima date uputu da se na videosastanak povežu preko mobilnoga telefona, postavljajući ga bočno od sebe, tako da kamera obuhvati njihov profil, tipkovnicu i dio zaslona računala, a pri usmenim ispitima možete od učenika zatražiti da snime svoju okolinu prije samog početka. Za digitalni nadzor pismenih ispita, možete zatražiti korištenje sigurnosnog preglednika, tj. *Lockdown browsera*, koji podržava i integraciju s *Moodleom*. Nadalje, kod samog sadržaja ispita znanja koristite razne tehnike poput randomizacije pitanja, prikazivanja jednog po jednog pitanja na ekranu, nemogućnosti vraćanja unazad te zadavanja kratkog vremenskog roka za ispunjavanje ispita. Takve metode bi također trebale ograničiti mogućnost varanja na ispitima znanja.

Mogu li se ove smjernice za vrednovanje znanja na daljinu primijeniti i u klasičnoj nastavi?

Navedene su smjernice nastale s ciljem što bolje prilagodbe učitelja i učenika na virtualnu provedbu vrednovanja znanja. Prema tomu, temelji za razvoj takvih smjernica proizlaze upravo iz prijašnjih dobro uvriježenih praksi našeg školstva i aktualnih teorijskih postavki vrednovanja i procjena znanja. To omogućuje njihovu primjenu i na klasičan oblik nastave. Naime, iako korištenje *online* platforma za vrednovanje učenika neće biti nužno u klasičnim učionicama, korisno će biti imati mogućnost kombiniranja i takvih metoda u klasičnoj nastavi. Kao što je ranije spomenuto, raznovrsnost oblika procjena znanja može pozitivno djelovati na postignuće učenika. Također, dobru komunikaciju učitelja i učenika u vezi metoda vrednovanja možemo smatrati jednako bitnom u oba konteksta, a naglasili bismo i kako će učenicima trebati dati vremena na ponovnu prilagodbu na školsko okruženje.

Zaključak

Vrednovanje znanja na daljinu predstavlja novost za učitelje i učenike. Stoga se kao jedan od najvažnijih preduvjeta za što uspješniju provedbu vrednovanja znanja pokazala upravo upoznatost s radom platforme preko koje se planira provesti vrednovanje, a kako bi se smanjio negativan učinak anksioznosti na uspjeh na ispitu. Uz to, potrebno je izabrati odgovarajuću vrstu ispitivanja u kojemu su vrednovani elemen-

ti povezani s ishodima učenja. Pritom je važno da se učenike unaprijed upozna s elementima vrednovanja kako bi znali što se točno od njih očekuje. Vrednovanje znanja na daljinu može pružiti nove mogućnosti za varanja te je stoga važno poduzeti korake kako bi se ono onemogućilo, a u svrhu ostvarivanja jednakih uvjeta kod svih učenika. Nadamo se da smo ovim poglavljem dodatno približili temu vrednovanja znanja na daljinu te da će učitelji pronaći korisne smjernice kako to vrednovanje provesti što uspješnije.

Literatura

- Aljawarneh, S. A. (2019). Reviewing and exploring innovative ubiquitous learning tools in higher education. *Journal of Computing in Higher Education*, 32, 57–73. <https://doi.org/10.1007/s12528-019-09207-0>
- Angus, S. D. i Watson, J. (2009). Does regular online testing enhance student learning in the numerical sciences? Robust evidence from a large data set. *British Journal of Educational Technology*, 40(2), 255–272. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8535.2008.00916.x>
- Baleni, Z. (2015). Online formative assessment in higher education: Its pros and cons. *Electronic Journal of e-learning*, 13(4), 228–236. <https://eric.ed.gov/?id=EJ1062122>
- Boitshwarelo, B., Kay Reedy, A. i Billany, T. (2017). Envisioning the use of online tests in assessing twenty-first century learning: A literature review. *Research and Practice in Technology Enhanced Learning*, 12(1), 1–16. <https://doi.org/10.1186/s41039-017-0055-7>
- Bransford, J. D., Brown, A. L. i Cocking, R. R. (2000). *How people learn: Brain, mind, experience, and school*. National Academy Press.
- Carnet. (2018). *Digitalne tehnologije kao potpora praćenju i vrednovanju*. <https://pilot.e-skole.hr/wp-content/uploads/2018/03/Prirucnik-Digitalne-tehnologije-kao-potpورا-pracenju-i-vrednovanju.pdf>
- Cerezo, R., Bogarin, A., Esteban, M. i Romero, C. (2019). Process mining for self regulated learning assessment in e learning. *Journal of Computing in Higher Education*, 32(2), 74–88. <https://doi.org/10.1007/s12528-019-09225-y>
- Donnelly, C. (2014). The use of case based multiple choice questions for assessing large group teaching: Implications on student's learning. *Irish Journal of Academic Practice*, 3(1), Article 12. <https://doi.org/10.21427/d7cx32>
- Gipps, C. V. (2005). What is the role for ICT-based assessment in universities? *Studies in Higher Education*, 30(2), 171–180. <https://doi.org/10.1080/03075070500043176>
- Lemanski, C. (2011). Access and assessment? Incentives for independent study. *Assessment & Evaluation in Higher Education*, 36, 565–581. <https://doi.org/10.1080/02602930903541031>
- Ministarstvo znanosti i obrazovanja (2020). *Upute za vrednovanje i ocjenjivanje tijekom nastave na daljinu*. <https://skolazazivot.hr/upute-za-vrednovanje-i-ocjenjivanje-tijekom-nastave-na-daljinu/>
- Monllao, D. O., Huynh, D., Reynolds, M., Dougiamas, M. i Wiese D. (2018). A supervised learning framework: Using assessment to identify students at risk of dropping out of a MOOC. *Journal of Computing in Higher Education*, 32(2), 9–26. <https://doi.org/10.1007/s12528-019-09230-1>

- Nacionalni centar za vanjsko vrednovanje obrazovanja. (2020). *Ispitivanja o iskusnosti i zadovoljstvu nastavom na daljinu*. <https://www.ncvvo.hr/objava-iz-vestaja-o-ispitivanju-nastave-na-daljinu-u-skolskoj-godini-2019-20/>
- Rahim, A. F. A. (2020). Guidelines for online assessment in emergency remote teaching during the COVID-19 pandemic. *Education in Medical Journal*, 12(2), 59–68. <https://doi.org/10.21315/eimj2020.12.2.6>
- Shim, S. J. i Shim, M. K. (2019). Effects of user perceptions of SAP ERP system on user learning and skills. *Journal of Computing in Higher Education*, 32, 41–56. <https://doi.org/10.1007/s12528-019-09218-x>
- Smith, G. (2007). How does student performance on formative assessments relate to learning assessed by exams. *Journal of College Science Teaching*, 36(7), 28–34. <https://eric.ed.gov/?id=EJ769007>
- Westhuizen, D. (2016). *Guidelines for online assessment for educators*. Commonwealth of Learning.
- Yonker, J. E. (2011). The relationship of deep and surface study approaches on factual and applied test-bank multiple-choice question performance. *Assessment & Evaluation in Higher Education*, 36(6), 673–686. <https://doi.org/10.1080/02602938.2010.481041>

Smjernice za učenike



U naredna četiri poglavlja ponuđene su smjernice za učenike vezane za:

- povećanje motivacije i usredotočenosti za praćenjem nastave na daljinu,
- povećanje motivacije za učenjem tijekom nastave na daljinu,
- izbjegavanje akademski nepoštenog ponašanja tijekom nastave na daljinu,
- održavanje prijateljstava na daljinu.

Kako učenici mogu motivirano i usredotočeno pratiti nastavu na daljinu?

Magdalena Novosel, Nikola Novosel, Matea Pavičić,
Marta Vrgoč

Uvod

Pandemija bolesti COVID-19 prebacila je učenike i učitelje iz škola i učionica u *online* okruženje nastave na daljinu. Učitelji su se pritom susreli s raznim izazovima u izvođenju nastave na daljinu, a učenici u organizaciji praćenja nastave. Jednim od glavnih izazova pokazalo se upravo održavanje motivacije i usredotočenosti za vrijeme praćenja nastave kakva je bila prisutna kod učenika tijekom izvođenja nastave u dobro poznatom okruženju škole. Pritom se motivacija pokazala ključnim faktorom kojeg učitelji trebaju poticati kod učenika, a u svrhu kvalitetnog praćenja nastave i unaprjeđenja učenje učenika (Vero i Puka, 2017). U kontekstu odgojno-obrazovne ustanove, kao što je škola, motivacija koju učenik ima usmjerava učenike prema određenom radu i zalaganju na nastavi te je upravo zbog toga važno da se ona održi bez obzira na promjene koje se u nastavnom procesu događaju. Osim motivacije, važna je i usredotočenost učenika na sami nastavni sat, a kako bi se ona održala, potrebno je ukloniti sve ono što bi učenike moglo ometati u radu.

Pokušavajući ponuditi rješenja upravo za ovakve izazove nastave na daljinu, Ministarstvo znanosti i obrazovanja (MZO, 2020) izdalo je Preporuke o organizaciji radnoga dana učenika tijekom održavanja nastave na daljinu. U Preporukama se navodi kako je važno da učenici izdvoje dovoljno vremena za nastavu i izvršavanje školskih obaveza bez obzira na to što se nalaze u kućnom okruženju. Ipak, postavlja se pitanje kako se učenici mogu dovoljno motivirati da usredotočeno prate nastavu na daljinu? Kako učenici mogu zadržati istu motivaciju i usmjerenost na nastavu bez obzira na to što se ona ne odvija u učionici, nego u prostorima njihovog doma? Svakako je potrebno osigurati svakom učeniku preduvjete za učenje i praćenje nastave na daljinu (MZO, 2020), no i dalje ostaje pitanje što učitelji, roditelji te u konačnici sami učenici mogu napraviti kako bi praćenje nastave što više nalikovalo onom kakvo je bilo u prostorijama škole ili bilo još uspješnije.

Što može umanjiti pažnju za praćenje nastave na daljinu?

Velik dio nastave na daljinu podrazumijeva snimljena predavanja, stoga se postavlja pitanje kako poboljšati koncentraciju učenika tijekom praćenje tih sadržaja. U ovom obliku nastave, za razliku od klasičnog oblika, učenici mogu samostalno odabrati gdje će i kada slušati nastavu, a samim time djelomično utjecati i na kvalitetu nastavnog procesa (Schacter i Szpunar, 2015). Iako u ovom obliku ne postoji mogućnost da učenici postavljaju pitanja ako im nešto nije jasno, postoji mogućnost zaustavljanja i vraćanja na već preslušani sadržaj ako je ostao nejasan. No, kako bi aktivno koristili tu mogućnost, učenici moraju sami procijeniti da nisu usvojili sav prethodni sadržaj, što često pogrešno procjenjuju, odnosno smatraju da su usvojili više gradiva u prvom učenju nego što zapravo jesu (Hacker i sur., 2008, prema Schacter i Szpunar, 2015).

Važna pojava koja djeluje na usredotočenost i u kontekstu nastave uživo i tijekom nastave na daljinu jest lutanje misli, a ona se javlja kada učenici ne usmjere svu pažnju na sadržaj, već je pažnja zaokupljena nekim unutarnjim ili vanjskim smetnjama (Schacter i Szpunar, 2015). Kada govorimo o učestalosti lutanja misli i dijelu predavanja, jedno je istraživanje pokazalo kako je lutanje misli učestalije u drugoj polovici predavanja te se učestalije lutanje misli tijekom nastave pokazalo povezanim s nižim uspjehom na ispitima (Risko i sur., 2012, prema Schacter i Szpunar, 2015).

Uz lutanje misli, samo korištenje tehnologije može također povećati vjerojatnost da učenik ne bude usmjeren na gradivo (Hollis i Was, 2016), a tehnologija je u tom procesu neophodna. Problem nastaje kada učenici pokušavaju ostati usmjereni na zadatak, a pritom koriste tehnologiju u druge svrhe (kao što su društvene mreže) vjerujući kako jednako kvalitetno prate nastavu, a što njihovi rezultati ne pokazuju (Hollis i Was, 2016). Ponekad nije niti potrebno koristiti tehnologiju, već je dovoljno to što učenici razmišljaju o korištenju tehnologije, osobito društvenih mreža, u vrijeme kada prate predavanje. Ako im ta misao postane dominantna, to može dovesti do nestanka usredotočenosti na predavanje. Pažnju tijekom nastave na daljinu mogu umanjivati i drugi faktori kao što su nemogućnost pronalaženja mirnog mjesta za rad unutar doma, usredotočenost na druge stvari i predmete u prostoriji ili obavljanje drugih zadataka za vrijeme nastave. Sve što učenike zadrži u aktivnom usmjeravanju pažnje na gradivo koje je pred njima smanjuje mogućnost lutanja misli, a interes za gradivo jedan je od elemenata koji će u tome vjerojatno i uspjeti (Hollis i Was, 2016).

„Meni je veliki problem što ja upalim predavanje i krenem slušati, ali mi onda dođe poruka na mobitel i pogledam ju i ni ne okrenem se, a već je prošlo 15 minuta i ja uopće nisam slušala predavanje, nego sam se bavila nekim trećim stvarima.“

Kristina, učenica 4. razreda srednje škole

Akademski motivacija kao preduvjet motiviranog i usredotočenog praćenja nastave

Važno je uočiti da se učenici za vrijeme nastave na daljinu suočavaju i s nekim pojavama i problemima s kojima su se susreli i za vrijeme nastave uživo, a nisu naučili kako se nositi s tim problemima. Učenici koji nisu bili motivirani za praćenje nastave uživo, mogu taj problem prenijeti i u nastavu na daljinu, a manjak motivacije se povezuje s dosadom i manjkom usredotočenosti tijekom praćenja nastave (Legault i sur., 2006). Za akademsku motivaciju, koja je važan preduvjet motiviranog i usredotočenog praćenja nastave, važno je uvjerenje o mogućnostima, uvjerenja o potrebnom trudu, karakteristike zadatka i važnost zadatka. Važno je istaknuti kako kod nastave na daljinu postoji još više distraktora poput primjerice obiteljskih obaveza, *Netflix*a ili *online* kupovine, te je tim više važna akademska motivacija. Kada učitelji zadaju velik broj zadataka na početku tjedna mnogi učenici se osjećaju demotivirano, preplavljeno ili jednostavno nemaju dovoljno dobro razvijenu vještinu upravljanja vremenom kako bi samostalno izvršavali zadatke (Yates i sur., 2020).

„Mi imamo stvarno puno posla. Zadaće kao da su se udvostručile otkada smo prešli na online školu i ja to jednostavno ne stignem, a uz sve to još moraš raditi na laptopu i zadaću i pratiti nastavu pa cijeli dan gledam u taj laptop i muka mi je više od njega.“

Matilda, učenica 2. razreda srednje škole

Bandura (1991, prema Legault i sur., 2006) navodi da, kada postoji uvjerenje da se zadatak može učinkovito savladati, posvećenost će tom zadatku također biti velika, međutim, ako ne postoji takvo uvjerenje i mogućnost je neuspjeha velika, neće doći do takvog uključivanja u rad na zadatku. U situaciji praćenja nastave ova se pojava može promatrati na način da, ako su učenici uvjereni u uspjeh na određenom predmetu, oni će se posvetiti nastavnim sadržajima i pažljivo ih pratiti. Uvjerenje o potrebnom trudu podrazumijeva učenikovu želju i mogućnost ulaganja potrebne količine truda i energije kako bi se zadatak uspješno obavio (Legault i sur., 2006). Ako su učenici svjesni količine truda potrebne za obavljanje nekog zadatka i uvjereni su da ga mogu uspješno odraditi, motivirani

su upustiti se u praćenje nastave koja im služi kao pomoć u dolasku do rješenja. Ako je, pak, to uvjerenje obrnuto, učenici neće motivirano pratiti nastavu. Ako učenici ne smatraju važnim zadatak koji trebaju napraviti, neće biti motivirani za svladavanje tog zadatka (Legault i sur., 2006). Kako bi učenici pratili nastavni sadržaj motivirano i usredotočeno, posebice tijekom nastave na daljinu, sadržaj im treba biti predstavljen kao važan i oni sami trebaju vjerovati u njegovu važnost. Zadatak koji ne traži od učenika korištenje određenih znanja i vještina i ne dovodi do zainteresiranosti, neće motivirati učenike za uključivanje (Legault i sur., 2006). Ako je zadatak koji je stavljen pred učenike prejednostavan i oni su uvjereni da ne trebaju aktivno pratiti nastavni sadržaj kako bi došli do rješenja, neće biti motivirani za takvo ponašanje.

Smjernice učenicima za motivirano i usredotočeno praćenje nastave na daljinu

Kako biste mogli usredotočenije i motiviranije pratiti nastavu na daljinu, u nastavku ćemo navesti nekoliko smjernica koje bi vam mogle pomoći u boljem nošenju s izazovima s kojima se susrećete tijekom nastave na daljinu, a ujedno vam mogu poslužiti i kao smjernice koje lako možete koristiti i tijekom nastave uživo.

Uredite svoj kutak za učenje

Za početak, važno je da unutar svog doma pronađete ili stvorite mirni kutak iz kojeg ćete moći pratiti nastavu. Kutak u kojem vas neće ometati sadržaji iz okoline ili članovi obitelji. Važno je da uklonite sve uređaje koji su suvišni i koji bi vam mogli ometi pažnju, kao što je, primjerice, mobilni telefon. Također, važno je i da taj vaš kutak bude povoljno mjesto za učenje i praćenje nastave, u smislu brzine interneta, primjerene topline, protočnosti zraka i dovoljne količine svjetlosti. Miran i ugodan prostor bez dodatnih sadržaja, unutar kojeg ćete moći pratiti nastavu, može predstavljati preduvjet za koncentrirano praćenje nastave. Ako i kada je to moguće bilo bi poželjno da kutak za rad i praćenje nastave odvojite od kutka za igru i slobodno vrijeme. Na taj će način mjesto koje je predviđeno za rad vremenom postati asocijacija na rad i produktivnost.

Ne zaboravite se dobro odmoriti i naspavati

„Otkad je škola online ja kao da sam izgubio pojam o vremenu, izgubio sam onaj svoj ritam spavanja i uvijek kasno zaspim, a rano se budim za školu i budem pospan na nastavi.“

Teo, učenik 8. razreda osnovne škole

Istraživanja pokazuju kako san značajno utječe na koncentraciju i praćenje nastave općenito (Meijer i van den Wittenboer, 2004). Upravo zbog toga trebali biste nastojati ne skraćivati vrijeme spavanja koje vam je potrebno za normalno funkcioniranje. Skraćeno vrijeme spavanja uzrokuje pospanost, umor i lošije raspoloženje što svakako narušava koncentraciju i pažnju tijekom praćenja nastavnog sadržaja (Meijer i van den Wittenboer, 2004). U skladu s ovim postavlja se i pitanje kada učenici imaju najviše koncentracije, odmah ujutro nakon buđenja ili kasnije u danu? Pokazano je kako se kognitivne sposobnosti smanjuju što je osoba duže budna, ali i da su one smanjene rano ujutro zbog snižene temperature te inercije od buđenja (Jurković, 2014). Dakle, ako imate mogućnost izabrati kada ćete poslušati neku nastavnu jedinicu, bilo bi dobro da to ne činite odmah neposredno nakon buđenja, niti kasnije u danu, nego u periodu između.

Tjelovježbom do koncentracije

Još jedna od smjernica za motivirano i usredotočeno praćenje nastave je uvođenje tjelovježbe. Paula i Gail Dennison (2011, prema Marinčević, 2019) navode kako tjelesne aktivnosti na značajan način utječu na kognitivne sposobnosti. I u Hrvatskoj je provedeno istraživanje na ovu temu te je pokazano kako tjelovježba zaista pomaže većinskom broju učenika da se osjećaju koncentriranije prilikom obavljanja školskih obaveza (Marinčević, 2019). Upravo zbog toga, u svome domu, prije sudjelovanja na nastavi, pokušajte odraditi neku vrstu tjelovježbe. Takva tjelovježba ne mora biti zahtjevna, a može uključivati izvođenje kućnog ljubimca u šetnju ili neku sličnu aktivnost. U razdoblju praćenja nastave na daljinu tjelovježba je vrlo važna jer izostaje ono svakodnevno kretanje do škole i u školi, stoga pokušajte to vrijeme, koje biste potrošili na odlazak do škole, iskoristiti za neku vrstu tjelovježbe.

„Primijetila sam mi bilo kakva tjelesna aktivnost prije nastave puno pomaže, kao da se lakše mogu skoncentrirati na sadržaj koji obrađujemo. Obično odradim nekoliko jednostavnih vježbi ili jednostavno prošetam po kvartu.“

Lana, 8. razred osnovne škole

Za uspjeh u školi, bilješke vodi

Pokazano je i kako upotreba raznih metoda i tehnika u obradi i praćenju nastavnog sadržaja u velikoj mjeri može povećati interes kod učenika (Stanković i sur.,2011), a samim time i njegovu usredotočenost. Jedna od tehnika koja bi vam mogla pomoći i povećati usredotočenost i motivaciju jest korištenje umnih mapi – jednog vida bilježaka. Korištenjem umnih mapi u vidu bilježaka imate priliku pokazati i svoju kreativnu stranu te izrađivati bilješke prema svojim preferencijama. Iako izrada umne mape dopušta improvizaciju, bilo bi korisno da se držite osnovnih smjernica pri njenoj izradi. Potrebno je na početku odrediti glavni pojam ili ključni problem koji se smješta na sredinu papira, a možete ga prikazati slikom ili napisati te uokviriti ili podcrtati pojam. Iz središnjeg dijela zatim možete razgranati ostale ključne riječi i to prema kraju papira, a iz njih na kraju možete razgranati i neke manje važne pojmove. Pri izradi umne mape savjetuje se korištenje slikovitih i vlastitih asocijacija na pojmove koje trebate zapamtiti, različitih boja kako biste lakše zapamtili određene riječi, a korisno je i određene najvažnije dijelove na neki način istaknuti određenim znakom kao što je strelica ili okvir. Kada ste napravili umnu mapu, preporučujemo da je izložite na neko vidljivo mjesto u svojoj sobi ili u radnom kutku kako biste kada prolazite pored nje mogli potaknuti proces obnavljanja nastavnog sadržaja. Takve vam bilješke mogu kasnije služiti i kao podsjetnik na predavanje te pomoć pri učenju osim što vam pomažu u poticanju motivacije i usredotočenosti za praćenjem nastave. U nastavi na daljinu često izostaje kontakt između učenika i učitelja, stoga je važno voditi bilješke o onome što čujete u videopredavanjima, kako bi ste kasnije mogli učitelju uputiti upit ukoliko vam nešto nije jasno.

„Najčešće učim iz svojih bilješki jer tako najbolje razumijem gradivo.“

Ivan, 3. razred gimnazije

Pripremite se za nastavu

Kako biste povećali svoju motivaciju i usredotočenost na nastavu na daljinu važno je da se što aktivnije uključujete u samu nastavu. Pokušajte se dan ranije pripremiti za nastavu tako što ćete proučiti nastavni sadržaj koji je na rasporedu za sljedeći dan, pripremiti sve materijale za aktivno praćenje nastave, organizirati radni kutak i isplanirati obaveze tijekom školskog dana.

„Nekada nemam volje pripremiti sve prije za nastavu, ali mama me natjera, i to mi uvijek pomogne.“

Petar, 4. razred osnovne škole

Nagradite se za uspješan dan

S obzirom da nastava na daljinu predstavlja izazov za sve sudionike nastavnog procesa, uspješno obavljanje svih školskih obaveza zaslužuje nagradu. Tako svakog dana možete isplanirati i na koji način ćete se nagraditi za usredotočeno praćenje nastave te uspješno obavljanje zadatka. Ta nagrada ne treba biti ništa preveliko, a može uključivati gledanje epizode vaše omiljene serije, čitanje knjige ili neku drugu vama dragu aktivnost.

„Jako volim kada sve napravim što trebam za školu, i onda u miru gledam serije, zbog toga se i trudim napraviti sve što prije.“

Paula, 4. razred gimnazije

Motivirano i usredotočeno praćenje nastave važno je tijekom nastave na daljinu, ali i tijekom klasične nastave

Iznad navedene smjernice za pažljivo i motivirano praćenje nastave na daljinu jednako su važne i u klasičnom obliku nastave. Kako biste mogli pažljivo pratiti nastavu u učionicama, vaš stol također treba biti bez predmeta koji vas mogu ometati. Kada započne nastavni sat, potrebno je ukloniti sve predmete koji nisu vezani za nastavu, kao što su mobilni telefon, igračke ili nastavni materijali drugih predmeta kako bi se mogli usmjeriti na praćenje nastave. Važan preduvjet za usredotočeno praćenje nastave jest i naspavanost. Važnost sna jednako je važna, kako u uobičajenom obliku nastave, tako i u nastavi na daljinu. U praćenju nastave dobro je koristiti umne mape ili drugi oblik bilješki. Bilješke koriste i za vrijeme nastave, ali i nakon nje u pisanju domaće zadaće ili ponavljanju gradiva. Također, prije nastave dobro je napraviti neku vrstu tjelovježbe, npr. umjesto vožnje s roditeljima ili javnim prijevozom učenici mogu pješačiti do škole. Priprema za nastavu, kada je moguća, također je korisna. Ako se zna koja će se nastavna jedinica obrađivati, prije nastave možete proučiti gradivo kako bi se lakše uključili u nastavu. Nakon što uspješno odradite razne zadatke možete se nagraditi, nevezano je li riječ o nastavi na daljinu ili klasičnom obliku nastave.

Zaključak

Postoji mnogo izazova s kojima se učenici suočavaju tijekom nastave na daljinu, a koji mogu narušavati kvalitetu njihovog obrazovanja ako se adekvatno ne odgovori na njih. Pritom su pad u motivaciji za praćenjem nastave na daljinu i usredotočenosti samo neki od tih izazova. Ono što je pritom važno jest to da se tim izazovima može doskočiti. Ako se učenici posvete dobroj organizaciji radnog dana, moguće je uspješno obavljanje svega što je zadano i predviđeno. Iznad navedene smjernice samo su neke od ideja koje učenicima mogu pomoći u tome da što kvalitetnije prate nastavu u ovim izazovnim i značajno izmijenjenim okolnostima te se nadamo da će im biti od koristi.

Literatura

- Hollis, R. B. i Was, C. A. (2016). Mind wandering, control failures, and social media distractions in online learning. *Learning and Instruction*, 42, 104–112. <https://doi.org/10.1016/j.learninstruc.2016.01.007>
- Jurković, A. (2014). Utjecaj dobi dana na pamćenje učenika tijekom nastave prirode. *Educatio biologiae: Časopis edukacije biologije*, 1, 55–62. <https://hrcak.srce.hr/148914>
- Legault, L., Green-Demers, I. i Pelletier, L. (2006). Why do high school students lack motivation in the classroom? Toward an understanding of academic amotivation and the role of social support. *Journal of Educational Psychology*, 98(3), 567–582. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0022-0663.98.3.567>
- Marinčević, M. (2019). Tjelovježba uz matematiku. *Poučak: časopis za metodiku i nastavu matematike*, 20(80), 62–67.
- Meijer, A. M. i van den Wittenboer, G. L. (2004). The joint contribution of sleep, intelligence and motivation to school performance. *Personality and Individual Differences*, 37(1), 95–106. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2003.08.002>
- Preporuke o organizaciji radnoga dana učenika tijekom održavanja nastave na daljinu (2020, ožujak 28.). Ministarstvo znanosti i obrazovanja. <https://mzo.gov.hr/UserDocsImages//dokumenti/Vijesti/2020//Preporuke%20o%20organizaciji%20radnog%20dana%20ucenika%20tijekom%20odrzavanja%20nastave%20na%20daljinu.pdf>
- Schacter, D. L. i Szpunar, K. K. (2015). Enhancing attention and memory during video-recorded lectures. *Scholarship of Teaching and Learning in Psychology*, 1(1), 60–71.
- Stanković, N., Bešić, C., Papić, M. i Aleksić, V. (2011). The evaluation of using mind maps in teaching. *Technics Technologies Education Management*, 6(2), 337–343.
- Vero, E. i Puka, E. (2017). The importance of motivation in an educational environment. *Formazione & Insegnamento*, 15(1), 57–66.
- Yates, A., Starkey, L., Egerton, B. i Flueggen, F. (2020). High school students' experience of online learning during Covid-19: The influence of technology and pedagogy. *Technology, Pedagogy and Education*, 1–15. <https://doi.org/10.1080/1475939X.2020.1854337>

Kako se učenici mogu motivirati za učenje tijekom nastave na daljinu?

Marijana Bagarić, Nikolina Čoko, Nikolina Jakovljević,
Marija Rusan

Uvod

Kada učenici pomisle na učenje, vjerojatno neke od prvih misli koje im prolaze kroz glavu jesu kako se motivirati za započinjanje učenja. Motivacija se najčešće definira kao unutarnje stanje koje pobuđuje, usmjerava i održava ponašanje te se obično dijeli na intrinzičnu i ekstrinzičnu motivaciju (Woolfolk, 2016). Intrinzična je motivacija urođena sklonost čovjeka da se bavi svojim interesima i uvježbava svoje sposobnosti te traži optimalne izazove i savladava ih (Reeve, 2010). Tako učenici koji su intrinzično motivirani za neke aktivnosti ili predmete, posvećuju im vrijeme upravo zbog svoje zainteresiranosti, npr. uče neki predmet jer im je baš zanimljiv i uživaju u učenju novih činjenica iz tog predmeta. S druge strane, ekstrinzična se motivacija pojavljuje kada učenik nije zainteresiran za aktivnost zbog nje same, već zbog neke posljedice koja je odvojena od same aktivnosti, poput zalaganja za neki predmet zbog dobre ocjene ili nagrade roditelja (Woolfolk, 2016). Nastavno na navedeno, motivacija se smatra iznimno bitnom za započinjanje i ustrajanje u učenju. Učenje je proces kojim iskustvo ili vježba proizvode promjene u mogućnostima obavljanja određenih aktivnosti (Zarevski, 2007). Motivacija se, uz sposobnosti i vanjske prilike, smatra temeljnim i neizostavnim uvjetom za učenje (Grgin, 2004). Kada su učenici motivirani, smatra se da imaju dovoljno trajnu i snažnu pobuđenost za obavljanje aktivnosti učenja (Grgin, 2004). Ta pobuđenost može proizlaziti iz želja, sklonosti, interesa i sposobnosti (intrinzična motivacija) ili vanjskih poticaja i ciljeva (ekstrinzična motivacija).

Učenje na daljinu

Učenje na daljinu oblik je obrazovanja poznat još od 19. stoljeća (Zeno-
vić i Bagarić, 2014) kada su ovaj oblik prakticirali netradicionalni studen-
ti, točnije vojnici, radnici s punim radnim vremenom i svi geografski uda-
ljeni pojedinci koji nisu mogli pohađati nastavu u učionicama (Simonson i
Berg, 2016). Kao službeni početak ovog načina obrazovanja može se sma-

trati 1858. kada je Sveučilište u Londonu donijelo odluku o mogućnosti polaganja ispita bez prethodnog pohađanja nastave. U to vrijeme tehnologija je bila prilično jednostavna i nerazvijena te su se nastavni sadržaji dostavljali polaznicima putem pisama koja su do njih putovala kočijama (Zenović i Bagarić, 2014). Grupe su misionara i prosvjetitelja tako prenosele informacije i znanje. Pojavom radija 1920. započelo je novo razdoblje učenja na daljinu. U to vrijeme radijski su programi bili mediji putem kojih su se prenosile informacije i znanje, a 30-ak godina kasnije televizijski programi dopunili su i preuzeli ulogu prenošenja znanja u učenju na daljinu. Od 1980., kada su računarske mreže postale dostupnije, učenje na daljinu podignuto je na potpuno novu razinu (Zenović i Bagarić, 2014). Danas se pojam učenja na daljinu zasniva na učenju putem interneta, odnosno uključuje dvosmjernu komunikaciju učitelja i učenika koji su dulje vrijeme geografski i vremenski razdvojeni, a naglasak u procesu usvajanja nastavnih sadržaja stavlja se upravo na učenika (Budić i Hak, 2014). Sukladno tome, uspješnost ovakvog oblika obrazovanja najviše ovisi o samom učeniku, njegovoj motivaciji, odgovornosti i aktivnosti (Periša, 2020).

U proljeće 2020., uslijed pandemije bolesti COVID-19 i promjena koje su uslijedile na svim razinama života, i Republika Hrvatska bila je prisiljena obrazovanje učenika i studenata nastaviti na daljinu. Sve te promjene znatno su djelovale na živote učenika, pa tako i na područje njihova obrazovanja, a pitanje motivacije za učenjem pokazalo se još važnijim nego prije. U svrhu sprečavanja širenja zaraze bolešću COVID-19, nastava se izvodi na klasičan način, mješoviti način ili na daljinu. Uz to, neki pojedinci ili cijeli razredi mogu se naći u samoizolaciji te tako ponovno biti izdvojeni iz socijalnog konteksta učenja. Sukladno svemu navedenom, kao i rezultatu istraživanja koje govori u prilog poteškoćama u motivaciji učenika kada profesor nije fizički prisutan (Marinac, 2019), cilj je ovog poglavlja ponuditi stručnim suradnicima neke od strategija koje mogu predložiti učenicima u svrhu povećanja njihove motivacije za učenje na daljinu.

Samoregulacija učenja tijekom nastave na daljinu

Samoregulirano učenje definira se kao aktivan i konstruktivan proces u kojem učenik postavlja ciljeve učenja te nadgleda, regulira i upravlja svojim kognitivnim funkcijama, motivacijom i ponašanjem vodeći se postavljenim ciljevima i uvjetima okoline u kojoj uči (Pintrich i Zusho, 2002). Tako se za učenike, koji su u stanju odgoditi neko zadovoljstvo zbog cilja kojem teže, te koji sami sebe poučavaju nadgledajući proces učenja, kaže da koriste samoregulirano učenje (Vizek-Vidović i sur., 2014). Isto tako, te

učenike nije potrebno motivirati vanjskim nagradama (poput nagrade za dobivanje dobre ocjene), nego njihova motivacija proizlazi upravo iz želje i zadovoljstva da uspješno savladaju neki nastavni sadržaj (Vizek-Vidović i sur., 2014). Sve navedeno pridonosi uspješnijem učenju (Zimmerman, 1995), višem školskom uspjehu (Rijavec i sur., 1999) i motivaciji za učenjem koja će se zadržati tijekom cijelog života (Corno i Kanfer, 1993). U periodu nastave na daljinu od iznimne je važnosti za učenika aktivan proces učenja i njegova samokontrola, stoga su u nastavku navedene smjernice koje mogu pomoći potaknuti samoregulirano učenje kod učenika.

Smjernice učenicima za povećanje motivacije za učenjem tijekom nastave na daljinu

Pronađi i kreiraj vlastiti kutak za učenje

„Kada je škola krenula online mislila sam da je fora pratiti nastavu iz kreveta, ali sam skužila da onda ništa ne radim. S mamom sam se dogovorila da počnem sjediti za svojim stolom i da glumim kao da sam u školi. Počela sam bolje pratiti.“

Marta, učenica 6. razreda osnovne škole

Prostor za učenje jedna je od bitnih sastavnica u procesu motiviranja za učenje (Rijavec i Miljković, 2003). Nastava na daljinu pruža priliku za različite oblike ometanja pozornosti. Jedno istraživanje sa studentima na nastavi na daljinu pokazalo je da, studenti koji prate nastavu na daljinu, imaju 25% veću vjerojatnost da rade više stvari odjednom u trenutku kada bi trebali izvršavati svoje akademske dužnosti, od studenata koji pohađaju nastavu uživo (Lepp i sur., 2019). Uz to, kod kuće postoje mnoga druga ometanja, a malo znakova koji ti pomažu da se usredotočiš. Jedan od načina da se bolje usredotočiš i motiviraš je da kreiraš vlastiti prostor za učenje i praćenje nastave. Vlastiti kutak za učenje postaje dodatno važan tijekom nastave na daljinu zato što u njemu provodiš više vremena nego ranije, taj kutak ne služi više samo za pisanje domaće zadaće i učenje, već i za praćenje nastave na daljinu.

Svoj kutak za učenje možete odabrati i urediti vodeći se smjericama u nastavku:

1. odaberite mjesto koje će biti baš vaš prostor za praćenje nastave i učenje,
2. uklonite sve smetnje kako biste smanjili mogućnost skretanja pažnje s učenja i praćenja nastave,

3. dodajte neke predmete ili organizirajte taj prostor po svojoj volji kako biste imali veći dojam da se radi baš o vašem prostoru za učenje,
4. učinite prostor udobnim, ali ne preudobnim (poput kreveta) jer bi vam se moglo dogoditi da vam se počne spavati te da izgubite koncentraciju,
5. osigurajte dobru rasvjetu koja ne bi trebala biti niti prejak niti preslaba kako biste spriječili umaranje očiju i umor.

Započni postavljanjem cilja

Teorija postavljanja ciljeva pretpostavlja da će, kada pojedinac postavlja ciljeve prilikom izvedbe nekog zadatka, uspješnije ga riješiti nego kada ne postavi ciljeve (Locke, 1996). Razlog tomu je što kada pojedinac postavi cilj, usredotočen je na radnje koje će ga približiti tom cilju te manje pozornosti pridaje radnjama koje su nerelevantne za ostvarenje cilja (Locke i Latham, 2006). To bi značilo da, ako postavite cilj da ćete ovu školsku godinu završiti s odličnim uspjehom, bit ćete svjesni da trebate odvojiti i organizirati vrijeme za učenje kako biste ostvarili svoj cilj. Isto tako, nakon što uspješno ostvarite svoje dnevne ciljeve kroz nekoliko dana, bit ćete motiviraniji za ostvarivanje daljnjih ciljeva.

Teorija postavljanja ciljeva, nadalje, pretpostavlja kako specifični i zahtjevni ciljevi dovode do bolje izvedbe zadataka nego lagani i općeniti ciljevi (Locke, 1996). Ako su ciljevi koje postavite prelagani, brzo bi vam mogli dosaditi jer vam ne predstavljaju izazov. S druge strane, ako ste postavili preteške ciljeve, to bi moglo dovesti do prevelike frustracije i u konačnici biste isto mogli odustati od postizanja tog cilja. Stoga je važno da postavite ciljeve koji su optimalni za vas kako biste bili motivirani truditi se ostvariti ih (Marić, 2018). Uz to, važno je da ciljevi koje postavite budu specifični. Kada postavite sljedeći cilj: „Cilj mi je biti dobar u školi.“ to je primjer neispravno postavljenog cilja jer nije dovoljno specifičan. S druge strane, kada postavite cilj „Cilj mi je razumjeti gradivo iz matematike koje trenutno obrađujemo.“, on je dovoljno specifičan i točno znate što trebate činiti kako biste ostvarili taj cilj.

Promatrajući kontekst nastave na daljinu, postoji mnogo ciljeva koje možete postaviti. Primjerice: „Cilj mi je tijekom trajanja nastave preko *online* platforme ne biti na mobilnome telefonu.“, „Cilj mi je odjenuti se i spremi za nastavu kao da je nastava uživo kako bih mogla ozbiljnije doživjeti nastavu.“, „Tijekom praćenja nastave pisat ću vlastite bilješke kako bih bio usredotočeniji na nastavni sadržaj.“

Unaprijed osmisli nagradu za rad

„Shvatio sam da mi se lakše motivirati za školu kada prije učenja odlučim s čim ću se nakon naučenog gradiva nagraditi“

Toma, učenik 7. razreda osnovne škole

Kada vam se ne da učiti ili raditi neki zadatak vezan za školu, možete se motivirati za to tako da se nagradite za određeni obavljene zadatak drugom aktivnošću koja vam je privlačnija. To se naziva Premackovo načelo (Vizek-Vidović i sur., 2014), a temelji se na tome da se potkrepljuje jedna, manje željena aktivnost drugom, privlačnijom aktivnosti. Tako se npr. možete motivirati za rad na nekoj aktivnosti za školu (npr. učenje, vježbanje zadataka iz matematike, rad na projektu) ako odlučite da ćete, nakon što uspješno obavite tu aktivnost, kasnije pogledati omiljenu seriju.

Učite zajedno i tijekom nastave na daljinu

„Ova virtualna učionica mi nije nešto, draža mi je obična jer me okružuju prijatelji, a i lakše mi je učiti u društvu.“

Ivana, učenica 6. razreda osnovne škole

Vršnjačko se učenje može definirati kao stjecanje znanja i vještina kroz aktivno pomaganje i podršku među učenicima kako bi pomogli prilikom nečijeg procesa učenja (Boud i sur., 1999). Oni učenici, koji imaju prijatelje koji su pozitivno orijentirani prema školi, vjerojatnije će usvajati cilj izvedbenog plana, poštivati školska pravila te imati veću motivaciju za sam proces učenja (Nelson i DeBacker, 2008). U jednom je istraživanju također dobiveno kako su studenti, koji su bili orijentirani na suradnju s vršnjacima, imali znatno povećanu motivaciju za učenjem u odnosu na studente koji nisu bili orijentirani na suradnju (Hancock, 2004).

Ovo možeš primijeniti i za poticanje motivacije tijekom nastave na daljinu. Premda nije moguće provesti uobičajenu suradnju na nekom zadatku kao tijekom zajedničkog učenja uživo, moguće je sagledati ovu suradnju izvan standardnih okvira. Nastava na daljinu odvija se preko različitih platformi s kojima ste se već dobro upoznali (*MS Teams, Zoom, Google Meet...*), a na kojima se provode predavanja, radionice, sastanci i razne druge aktivnosti na daljinu. Trebate samo odabrati platformu koju svi koriste i upotrijebiti je za ostvarivanje suradnje *online* putem. Na izabranoj platformi možete s prijateljima napraviti svoju grupu te organizirati tjedne sastanke i druženja kako biste jedni druge motivirali i potaknuli proces učenja. Možete čak organizirati i međusobno ispitivanje naučenog nastavnog sadržaja kako biste provjerili koliko ste uspješno savladali neki

sadržaj. Tako ćete se međusobno motivirati za obavljanje školskih zadataka.

Budite fizički aktivni

„Osjećam se kao robot. Cijelo vrijeme sjedim na istom mjestu, kad slušam nastavu, rješavam zadatke i učim. Fale mi šetnje do škole.“

Luka, učenik 6. razreda osnovne škole

Mnoga su istraživanja pokazala da fizička aktivnost poboljšava procese učenja i pamćenja kod ljudi (Cassilhas i sur., 2016). Uz to, vježbanje dovodi do povećane količine energije u pojedincu (Bassuk i sur., 2013) koja, ako se usmjeri na učenje nastavnog sadržaja, može djelovati kao motivacijski čimbenik. U uvjetima nastave na daljinu velika je vjerojatnost da ćete manje vremena provesti u nekoj vrsti fizičke aktivnosti jer nemate potrebe za odlaskom do škole te su mnoge izvannastavne aktivnosti ukinute ili se održavaju u specifičnim uvjetima. To povećava i ovako previše vremena koje učenici provedu pred monitorima. Shields i Behrman (2000) navode da previše vremena ispred monitora dovodi do toga da se djeca sve manje bave sportovima i ostalim društvenim aktivnostima potrebnim za njihov razvoj. Unatoč nastavi na daljinu, važno je osigurati vrijeme za neku vrstu fizičke aktivnosti (npr. šetnja, trening, jutarnja tjelovježba...). Fizička aktivnost dovodi i do boljeg raspoloženja nakon vježbanja (Peluso i Andrade, 2005) što također može potaknuti na učenje. Za slučaj da ti ili netko od tvojih prijatelja ima izrečenu mjeru samoizolacije, dogovorite termine za grupni trening putem *online* platformi ili se priključite nekoj od postojećih grupa za vježbanje *online* putem, naravno ako se osjećate sposobnim za uključivanje u takve aktivnosti zbog zdravstvenog stanja.

Motivacija za učenje iznimno je važna tijekom nastave na daljinu, ali i tijekom klasične nastave

Mnoge od navedenih smjernica za povećanjem motivacije za učenjem tijekom nastave na daljinu, važne su i za poticanje motivacije i tijekom klasičnog oblika održavanja nastave. Bez obzira na to održava li se nastava na daljinu ili na klasičan način, preporučuje se da učenje i druge školske zadatke obavljate u jednom prostoru koji je određen upravo za tu svrhu. Isto tako, prije učenja bilo bi korisno da si postavite primjerene ciljeve učenja, kao i da unaprijed odredite na koji način ćete se nagraditi za učenje (npr. „Kada naučim ovu lekciju, idem nazvati prijatelja i popričati s njim.“). Zajedničko je učenje od iznimne važnosti i tijekom klasične nastave. Tako možete formirati grupu za učenje s prijateljima te se nalaziti

tijekom tjedna u točno određeno vrijeme kako biste lakše i motiviranije savladali nastavni sadržaj. I na kraju, važno je ne zaboraviti na fizičku aktivnost koja također može djelovati motivirajuće na učenje. Uživite puno veće mogućnosti za uključivanje u različite oblike fizičkih aktivnosti (npr. treniranje određenog sporta, pohađanje grupnog treninga...), a na vama je samo da odaberete onu ili one koje će biti u skladu s vašim mogućnostima i interesima.

Zaključak

Motivacija je jedan od temeljnih uvjeta za učenje te od neizmjerne važnosti za svakog pojedinca u razdoblju školskog obrazovanja, ali i tijekom cjeloživotnog razvoja. U izazovnim vremenima pandemije bolesti COVID-19, koja nas je sve zatekla, a tijekom koje učitelji nisu uvijek u mogućnosti biti fizički prisutni uz svoje učenike, velika odgovornost za učenje stavljena je upravo na učenike. Isto tako, brojni su učenici izdvojeni iz socijalnog konteksta svojih vršnjaka zbog izrečenih mjera samoizolacije, a zbog čega je važno razmisliti o tome kako se udružiti sa svojim vršnjacima u *online* kontekstu, a kako bi svoje školske zadatke uspjeli izvršiti što uspješnije. Pritom je važno organizirati i posložiti vlastiti kutak za učenje te ukloniti potencijalne distraktore koji mogu otežati zadržavanje pažnje na zadatku. Isto tako, postavljanje izazovnih i specifičnih ciljeva te nagrada za ostvarivanje tih ciljeva učenike može dodatno motivirati za obavljanje školskih zadataka. Na kraju, ali ne manje bitno, uključivanje u neki oblik fizičke aktivnosti može posredno olakšati uključivanje u učenje. Imajući na umu sve izazove nastave na daljinu i njezinih različitih oblika, ovim smjernicama htjeli smo ponuditi savjete za lakše motiviranje za učenje i izvršavanje školskih zadataka.

Literatura

- Bassuk, S. S., Church, T. S. i Manson, J. E. (2013). Why exercise works magic. *Scientific American*, 309(2), 74–79. <https://www.jstor.org/stable/26017898>
- Boud, D., Cohen, R. i Sampson, J. (1999). Peer learning and assessment. *Assessment & Evaluation in Higher Education*, 24(4), 413–426. <https://doi.org/10.1080/0260293990240405>
- Budić, H. i Hak, M. (2014). *Primjena suvremene obrazovne tehnologije u nastavi*. Veleučilište u Požegi.
- Cassilhas, R. C., Tufik, S. i de Mello, M. T. (2016). Physical exercise, neuroplasticity, spatial learning and memory. *Cellular and Molecular Life Sciences*, 73(5), 975–983. <https://doi.org/10.1007/s00018-015-2102-0>
- Corno, L. i Kanfer, R. (1993). The role of volition in learning and performance. U L. Darling-Hammond (Ur.), *Review of Research in Education* (str. 301–341). F. E. Peacock Publishers. <https://doi.org/10.3102/0091732X019001301>
- Grgin, T. (2004). *Edukacijska psihologija*. Naklada Slap.
- Hancock, D. (2004). Cooperative learning and peer orientation effects on motivation and achievement. *The Journal of Educational Research*, 97(3), 159–168. <https://doi.org/10.3200/JOER.97.3.159-168>
- Lepp, A., Barkley, J. E., Karpinski, A. C. i Singh, S. (2019). College students' multitasking behavior in online versus face-to-face courses. *SAGE Open*, 9(1), 1–9. <https://doi.org/10.1177/2158244018824505>
- Locke, E. A. (1996). Motivation through conscious goal setting. *Applied and Preventive Psychology*, 5(2), 117–124. [https://doi.org/10.1016/S0962-1849\(96\)80005-9](https://doi.org/10.1016/S0962-1849(96)80005-9)
- Locke, E. A. i Latham, G. P. (2006). New directions in goal-setting theory. *Current Directions in Psychological Science*, 15(5), 265–268. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8721.2006.00449.x>
- Marić, M. (2018). *Zanesenost u učenju i postavljanje ciljeva* [Neobjavljena doktorska disertacija]. Učiteljski fakultet sveučilišta u Zagrebu.
- Marinac, A. M. (2019). Motivacija i mrežni alati u suvremenoj nastavi. *Časopis za odgojne i obrazovne znanosti*, 3(3), 77–88.
- Nelson, R. M. i DeBacker, T. K. (2008). Achievement motivation in adolescents: The role of peer climate and best friends. *Journal of Experimental Education*, 76(2), 170–189. <https://doi.org/10.3200/JEXE.76.2.170-190>
- Peluso, M. A. M. i Andrade, L. H. S. G. D. (2005). Physical activity and mental health: The association between exercise and mood. *Clinics*, 60(1), 61–70. <https://doi.org/10.1590/S1807-59322005000100012>

- Periša, V. (2020). *Stavovi studenata i učitelja o nastavi na daljinu* [Neobjavljeni diplomski rad]. Filozofski fakultet Sveučilišta u Splitu.
- Pintrich, P. R. i Zusho, A. (2002). Student motivation and self-regulated learning in the college classroom. U J. C. Smart i W. G. Tierney (Ur.), *Higher education: Handbook of theory and research* (str. 55–128). Springer.
- Reeve, J. (2010). *Razumijevanje motivacije i emocija*. Naklada Slap.
- Rijavec, M., Raboteg-Šarić, Z. i Franc, R. (1999). Komponente samoreguliranog učenja i školski uspjeh. *Društvena istraživanja*, 8(4), 529–541.
- Rijavec, M. i Miljković, D. (2003). *Vodič za preživotavanje u školi*. IEP.
- Shields, M. K. i Behrman, R. E. (2000). Children and computer technology: Analysis and recommendations. *The Future of Children*, 10(2), 4–30. <https://doi.org/10.2307/1602687>
- Simonson, M. i Berg, G. A. (2016, studeni 7.). *Distance learning*. *Encyclopedia Britannica*. <https://www.britannica.com/topic/distance-learning>
- Vizek-Vidović, V., Rijavec, M., Vlahović-Štetić, V. i Miljković, D. (2014). *Psihologija obrazovanja*. IEP; VERN.
- Woolfolk, A. (2016). *Edukacijska psihologija*. Naklada Slap.
- Zarevski, P. (2007). *Psihologija pamćenja i učenja*. Naklada Slap.
- Zenović, I. i Bagarić, I. (2014, travanj 25. i 26.). *Trendovi u otvorenom učenju na daljinu u svetu i kod nas*. Sinteza. <http://portal.sinteza.singidunum.ac.rs/paper/76>
- Zimmerman, B. J. (1995). Self-regulation involves more than metacognition: A social cognitive perspective. *Educational Psychologist*, 30(4), 217–221. https://doi.org/10.1207/s15326985ep3004_8

Što učenike može potaknuti na izbjegavanje akademski nepoštenog ponašanja tijekom nastave na daljinu?

Patricia Bastalec, Nathaniel Duketis, Patrik Grubor,
Marlena Subotić

Uvod

Akademsko nepoštenje koristi se kao krovni naziv za predstavljanje tuđeg rada kao svojeg. U akademsko nepoštenje spada prepisivanje na ispitima, prepisivanje zadaća i plagiranje tuđih radova (Zmijarević i sur., 2017). Akademsko nepoštenje proteže se kroz sve razine obrazovanja, počev od osnovne i srednje škole, pa sve do fakulteta. Primjerice, korištenje tzv. „šalabahtera“ ili mobilnih telefona za odgovaranje na pitanja tijekom pisanja ispita znanja (bilo na daljinu ili u školskim klupama), došaptavanje točnih odgovora od nekog kolege iz razreda prilikom usmenog odgovaranja, predaja tuđeg rada kao svog prilikom predaje nekog zadatka za zadaću, referata, seminara i slično, sve se smatra oblicima akademskog nepoštenja. Ovo su samo neki od učestalih primjera akademskog nepoštenja, a svima je zajednička činjenica da učenici nisu sami (svojim znanjem i radom) postigli rezultate.

Učestalost akademskog nepoštenja

Kada govorimo o učestalosti akademskog nepoštenja, ono što posebno zabrinjava jest to da je učenicima varanje u školi postala svakodnevica te to što smatraju da je varanje prihvatljivo u svim oblicima (Šimić Šašić i Klarin, 2009). Kada se provjerava učestalost akademski nepoštenog ponašanja, u istraživanju s učenicima osnovnih škola s područja Republike Hrvatske, rezultati su pokazali kako samo petina učenika navodi da „gotovo nikad“ ne prepisuje domaće zadaće (Ristić Dedić i sur., 2017, prema Zmijarević i sur., 2017). Praksa prepisivanja postoji i na srednjoškolskoj i na visokoškolskoj razini (Zmijarević i sur., 2017). U istraživanju Šimić Šašić i Klarin (2009) 92,7% ispitanih srednjoškolaca izjavljuje kako su najmanje jednom varali u školi, a varanje se najčešće odnosilo na prepisivanje domaće zadaće te prepisivanje na pismenim ispitima i došaptavanje točnih odgovora na usmenim ispitima.

Brojna istraživanja akademskog nepoštenja ukazuju na to kako je ono veoma često kod učenika (Ćurak i sur., 2016; McCabe i sur., 2012; Šimić Šašić i Klarin, 2009). Mnogi učenici ne smatraju varanje na ispitima moralno neispravnim i opravdavaju ga na brojne načine. Varanje na ispitima u Hrvatskoj vrlo se često doživljava kao snalažljivost i kolegijalnost, a koristi se u svrhu postizanja boljih ocjena kod učenika. S druge strane, profesori često ignoriraju varanje ili primjenjuju blage sankcije. U Hrvatskoj ne postoji zakon koji bi odredio sankcije na državnoj razini u slučaju varanja, već učitelji samovoljno određuju sankcije (Leš, 2020).

Prelaskom na nastavu na daljinu zbog sprečavanja širenja zaraze bolesti COVID-19, pojavljuju se novi oblici i mogućnosti akademski nepoštenog ponašanja. Učenje na daljinu osigurava puno pogodnosti učenicima i obrazovnim institucijama, ali je malo istraživanja o potencijalnom akademskom nepoštenju tijekom nastave na daljinu (Katavić i sur., 2016). Izostanak uobičajenog načina podučavanja, odnosno nedostatak socijalnog i interaktivnog elementa nastave, pruža idealnu priliku za akademsko nepoštenje, što u pitanje dovodi akademski integritet učenika i studenata (Katavić i sur., 2016).

Zašto je akademski nepošteno ponašanje toliko učestalo?

Jedno od aktualnih pitanja jest zašto je akademski nepošteno ponašanje toliko prisutno. Razlozi su mnogobrojni, a mogu se podijeliti na unutarnje i vanjske. Najčešći su unutarnji razlozi za varanje: pritisak zbog ocjena (npr. „Moram imati dobre ocjene da se mogu upisati u željenu srednju školu.“), usporedba s drugim učenicima (npr. „Moja najbolja prijateljica ima izvrsne ocjene iz matematike, stoga pod svaku cijenu moram imati i ja.“), opterećenost zbog manjka vremena (npr. „Neću stići naučiti svo gradivo jer ovaj tjedan imam 3 pismena ispita i 2 usmena ispita.“) i stresa, stavovi (npr. „Svi to čine pa mogu i ja.“), želja učenika da ih prihvate drugi učenici (npr. „Ako ne dam kolegi iz razreda da prepíše od mene, mislit će da sam štreber.“), prethodna iskustva neuspjeha (npr. „Kad prošli puta nisam naučila za ispit, dobila sam jedinicu.“) i sadašnja očekivanja uspjeha (npr. „Moram imati dobre ocjene jer to od mene očekuju roditelji.“), želja da se pomogne prijateljima, lijenost i slično (Šimić Šašić i Klarin, 2009).

Najčešći su vanjski razlozi za varanje: veličina razreda (npr. „Ako nas ima puno u razredu, učitelj neće moći pratiti tko prepisuje, a tko ne.“), raspored sjedenja (npr. „Ako sjedimo jedni do drugih bez razmaka i bez pregrada, čini mi se dopušteno da svako toliko pogledam ispit kolege koji sjedi do mene.“), značenje i težina ispita („npr. „Ispit je iz fizike pretežak, moram se nekako snaći.“), nadgledanje od strane učitelja (npr. „Učitelj ne prati tko vara na ispitu.“), neučinkovito dogovaranje pravila i negativnih

posljedica varanja (npr. „Učitelj nas upozori da ne prepisujemo, ali ništa više od toga ne poduzme.“), stavovi učitelja (npr. „Pustit ću svoje učenike da prepisuju jer nekima neće nikad trebati moj predmet u životu.“), pitanja s višestrukim izborom (npr. „Puno je lakše došapnuti koje slovo je odgovor na neko pitanje negoli došapnuti odgovor na esejsko pitanje.“) i slično (Šimić Šašić i Klarin, 2009).

Zašto se učenici (ne)upuštaju u akademski nepošteno ponašanje?

Individualne karakteristike učenika koje djeluju na vjerojatnost da će varati ovisе o učeničkoj percepciji svrhe i biti obrazovanja. Učenici koji uče s razumijevanjem i cijene znanje kao svrhu obrazovanja nisu skloni varanju. S druge strane, učenici koji imaju natjecateljski duh i koriste obrazovanje za osobnu promociju skloniji su varanju (Šimić Šašić i Klarin, 2009). Iz navedenog se daje zaključiti kako je bitno učenike poticati na shvaćanje da je svrha obrazovanja znanje, a ne samopromocija. Također, istraživanja su pokazala da je usmjeravanje na stjecanje znanja povezano s budućim akademskim (Albert i Dahling, 2016) i poslovnim uspjehom (Porath i Bateman, 2006). Drugim riječima, kada su učenici usmjereni na stjecanje znanja i vlastiti razvoj i napredak, a ne samo na ocjene i rezultate, povećavaju se šanse za bolji školski uspjeh kao i uspjeh u poslu. Nadalje, važnim vanjskim razlozima za nevaranje studenti navode strah od posljedica varanja i strah od toga da budu uhvaćeni tijekom varanja (Petrač i Bartolac, 2014). S obzirom na to da se varanje smatra prihvatljivim ako ne donosi ozbiljne posljedice za one koji varaju, prisutnost ozbiljnijih sankcija mogla bi smanjiti motivaciju za varanjem (Leš, 2020). U nastavku su ponuđene smjernice za učenike o tome kako izbjeći akademski nepošteno ponašanje tijekom nastave na daljinu.

Smjernice učenicima za izbjegavanje akademski nepoštenog ponašanja tijekom nastave na daljinu

Usmjerite se na znanje, a ne (samo) na ocjene

Iako su ocjene važne za daljnje napredovanje u obrazovnom sustavu, one nisu jedini motiv radi kojeg je važno učiti. Kada vam znanje i vlastiti razvoj postanu važniji od ocjena, brže i lakše možete doći do razumijevanja sebe samih i svijeta koji vas okružuje. Učenje radi znanja donosi prednost u daljnjem akademskom uspjehu. Kada učite radi znanja, možete lakše savladavati buduće prepreke u obrazovanju i završiti željenu školu.

„Ne prepisujem zato što će mi ovo znanje trebati kad se vratimo u školske klupe.“

Antonija, učenica 8. razreda osnovne škole

Sačuvajte svoj integritet

Integritet je pojam koji označava poštenje te uz to obuhvaća i osobine poput pouzdanosti, iskrenosti i savjesnosti (Rijavec i Miljković, 2007). Ako razvijete kritičko mišljenje i osvijestite moralnu perspektivu akademski nepoštenog ponašanja te posljedica koje takvi postupci imaju, rjeđe ćete se upuštati u takva ponašanja (Leš, 2020). Uz to, ako vam je važno da budete poštteni prema sebi i drugima tijekom rada na školskim zadacima te da budete iskreni u predstavljanju onog što znate i onog što sami napravite, rjeđe ćete se upuštati u prepisivanje i druge oblike akademskog nepoštenja.

Ne zaboravite na dugoročne posljedice varanja

„Bojim se da će mi učenici doći u više razrede bez temeljnih znanja zbog prepisivanja što će nam uvelike otežati posao.“

Josip, učitelj matematike u osnovnoj školi

Jedna od karakteristika koja razlikuje učenike koji varaju od onih koji ne varaju u školi jest način na koji učenici percipiraju vrijeme. Oni učenici i studenti koji su umjereni na dugoročne ciljeve i učenici i studenti koji žele "iskoristiti dan" se razlikuju prema akademskoj motivaciji koja djeluje na razine varanja u školi. Tako učenici, koji su usmjereni na dugoročne ciljeve (npr. stjecanje znanja i kompetencija za buduće zanimanje), koriste strategije dubinskog procesiranja tijekom učenja koje dovode do boljeg akademskog uspjeha i manje akademski nepoštenog ponašanja (Orosz i sur., 2016). Stoga, ako ne biste htjeli da vas se smatra varalicom

i „onim/onom koji/koja prepisuje i vara na (svim) ispitima“, to jedino možete postići time da iskazujete akademski pošteno ponašanje, odnosno da rezultate postizete isključivo vlastitim trudom i radom.

Akademski nepošteno ponašanje nije (novo)normalno ponašanje

Danas se među učenicima može prepoznati normalizacija akademski nepoštenog ponašanja. Ta normalizacija nije bezopasna jer može dovesti do kasnijeg nepoštenja i ponašanja u obavljanju posla. Kao posljedica akademski nepoštenog ponašanja javlja se nedostatak kompetentnih i stručnih osoba u poslu koji obavljaju. Kada osobe, koje su do svojih rezultata došle varanjem, a ne stjecanjem stvarnog obrazovanja, počnu obavljati posao, može ih se lako prepoznati jer nisu dovoljno educirane (Leš, 2020). Sve uspjehe u školi ili na studiju koje postignete varanjem i/ili prepisivanjem, a ne vlastitim trudom i radom, mogu umanjiti vaše znanje iz nekog područja i kasniju kompetentnost na radnom mjestu. Stoga, ako završetkom škole i/ili studija želite biti obrazovana osoba koja svojim znanjem stoji iza ostvarenih ocjena te je ostali cijene i poštuju upravo zbog njihove stručnosti, onda je važno da se ponašate na akademski pošten način.

„Kad smo na online nastavi, svi moji prijatelji prepisuju, samo ja učim i to mi jako smeta.“

Marko, učenik 7. razreda osnovne škole

Akademski pošteno ponašanje važno je tijekom nastave na daljinu, kao i tijekom klasične nastave

Bez obzira održava li se nastava na daljinu ili u školskim klupama, bitno je da ne zaboravite na akademski integritet, odnosno da ne predstavljate tuđi rad kao svoj. Tijekom klasičnog oblika provođenja nastave, kao i tijekom nastave na daljinu, važno je da učite radi znanja i vlastitog napredovanja, a ne samo radi dobrih ocjena. Poštenje koje pokazujete prema drugima, ali i sebi samima, oblikuje vas u osobu koja je zaslužna za svoje uspjehe i koja se njima može s pravom ponositi. Uz to, na budućem radnom mjestu moći ćete kompetentno obavljati posao za koji se obrazujete te svojim djelovanjem kvalitetno pridonositi društvu.

Zaključak

Akademski nepoštena ponašanja učestala su u školskom okruženju, a za njih postoji niz unutarnjih i vanjskih razloga. Iako se prepisivanje zadaće ili došaptavanje odgovora na ispitu u određenom trenutku čini kao sjajna strategija za ostvarivanje dobre ocjene, dugoročno to može imati puno više štete. Ako učenici učestalo iskazuju akademski nepošteno ponašanje, mogu im se pripisati etikete poput „onog/one koja uvijek vara“ ili kasnije u radnom okruženju mogu iskazivati puno manju kompetentnost za obavljanje posla od svojih kolega jer nisu tijekom školovanja bili usmjereni na stjecanje znanja i razumijevanje, već samo na ostvarivanje prolazne ili izvrsne ocjene na predmetima. Stoga se usmjeravanje na stjecanje dugoročnog znanja koje se gradi pomalo, marljivim i kontinuiranim radom na različitim školskim i akademskim zadacima, ipak čini kao prihvatljivija opcija. Prije negoli se učenici upuste u akademski nepošteno ponašanje, važno je da se zapitaju koji im je uopće cilj obrazovanja, a kada je on usmjeren na stjecanje znanja, akademski nepošteno ponašanje više nije opcija.

Literatura

- Albert, M. A. i Dahling, J. J. (2016). Learning goal orientation and locus of control interact to predict academic self-concept and academic performance in college students. *Personality and Individual Differences*, 97, 245–248. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.03.074>
- Ćurak, N., Cerić, H. i Turčalo, S. (2016). *Nelegalni oblici stjecanja znanja na visokoškolskim institucijama u Bosni i Hercegovini: Studija socijalne deformacije u akademskoj kulturi*. Atlantska inicijativa.
- Katavić, I., Budimir Šoško, G. i Kopecki, D. (2016). Razvoj kulture akademskog integriteta u online obrazovnom okruženju. *Obrazovanje za poduzetništvo-E4E: Znanstveno stručni časopis o obrazovanju za poduzetništvo*, 6(1), 111–120.
- Leš, E. (2020). *Stavovi učenika o varanju na ispitima u srednjoškolskoj nastavi* [Neobjavljeni diplomski rad]. Filozofski fakultet Sveučilišta u Zagrebu.
- McCabe, D. L., Butterfield, K. D. i Trevino, L. K. (2012). *Cheating in college: Why students do it and what educators can do about it*. JHU Press.
- Orosz, G., Dombi, E., Tóth-Király, I., Bőthe, B., Jagodics, B. i Zimbardo, P. G. (2016). Academic cheating and time perspective: Cheaters live in the present instead of the future. *Learning and Individual Differences*, 52, 39–45. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2016.10.007>
- Petrak, O. i Bartolac, A. (2014). Akademska čestitost studenata zdravstvenih studija. *Hrvatski časopis za odgoj i obrazovanje*, 16(1), 81–117.
- Porath, C. L. i Bateman, T. S. (2006). Self-regulation: From goal orientation to job performance. *Journal of Applied Psychology*, 91(1), 185–192. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.91.1.185>
- Rijavec, M. i Miljković, D. (2007). *Tko su dobri ljudi – psihologija pozitivne osobe*. IEP.
- Šimić Šašić, S. i Klarin, M. (2009). Varanje u srednjim školama u Hrvatskoj i u Bosni i Hercegovini. *Društvena istraživanja*, 6(104), 999–1022.
- Zmijarević, G., Doolan, K. i Marčelić, S. (2017). Akademska nepoštenje: Odmak od (ne) etičnosti pojedinca i kritika sustava. *Političke analize*, 8(29), 28–33.

Kako učenici mogu održavati prijateljstva na daljinu?

Marta Faltak, Veronika Jurišić, Kim Kosanović,
Mislav Staničić, Božo Vodopija

Uvod

Prijatelji su nam, uz obitelj, osobe o kojima najviše brinemo. Prijateljstvo se može definirati kao neprisilno odabrana međuzavisnost dviju osoba kroz relevantan vremenski period koja uključuje druženje, intimnost, pozitivne afekte i međusobno pomaganje u olakšavanju postizanja socioemocionalnih ciljeva tih dviju osoba (Hayes, 1988). Stoga se može zaključiti da takav odnos teži i duljem trajanju kroz vrijeme. Neke od svrha koje ispunjava takav odnos su: relevantno druženje, pomaganje po potrebi ili želji, prijateljska ljubav, intimnost, udruženost, postizanje emocionalne sigurnosti i podizanje razine samoprocjene članova prijateljskog odnosa (Sullivan, 1953). S obzirom na sve navedeno možemo primijetiti kako su prijateljski odnosi, uz obiteljske odnose, vrlo važni za pojedinca. U trenutku kada smo se morali fizički distancirati od svojih prijatelja u svrhu zaštite njihova zdravlja i sprečavanja širenja zaraze bolešću COVID-19, to je postala jedna od stvari s kojom su se ljudi najteže suočili.

Odnos prijateljstava i socioemocionalnog razvoja djece i mladih

Prijatelji su nam važan izvor podrške, povećavaju samopoštovanje te pružaju savjete (Berk, 2008). Razvoj socijalne kompetencije adolescenata događa se u prijateljstvima. Adolescenti su najbolje raspoloženi kad su s prijateljima (Berk, 2008). Provođenje vremena s prijateljima u adolescenciji ima pozitivne učinke kao što su: učenje kontrole agresivnih impulsa (rješavanje nesuglasica bez primjene agresije), emocionalna i socijalna podrška (prijatelji pružaju podršku dok adolescent preuzima nove odgovornosti), kao i poboljšanje socijalnih vještina (izražavanje ideja i osjećaja brige, ljubavi i ljutnje; Berk, 2008). Djevojke i mladići u razdoblju adolescencije teže autonomiji i druženju s prijateljima, a u doba pandemije su prisiljeni fizički se udaljiti od njih što može biti vrlo zahtjevan zadatak.

Pozitivni učinci prijateljstva

Zbog brojnih pozitivnih sastavnica koje prijateljstvo sadrži, ono služi i svrsi zaštite od bolesti, kako mentalnih, tako i tjelesnih (Sias i Bartoo, 2007). Iz rezultata kliničkih istraživanja koja su provjeravala učinke prijateljskih odnosa, može se zaključiti da takvi odnosi pomažu na način da moderiraju reakcije pojedinca na stres, djelujući u obliku značajnog poboljšavanja suočavanja sa stresom tog pojedinca (Turner i Brown, 2010). Nadalje, jedno longitudinalno istraživanje koje su proveli Wentzel i suradnici (2004, prema Santrock, 2010) pokazalo je da su se adolescenti, koji nisu imali prijatelja, rjeđe ponašali prosocijalno (suradivali, dijelili i pomagali drugima) i bili nesretniji (pokazivali više depresivnosti i manje dobrobiti) nego njihovi vršnjaci koji su imali barem jednog ili više prijatelja. Prijateljstvo ima značajnu ulogu u razvoju i ako se ono ne može ostvariti ili poboljšati, tome treba težiti, čak i uz primjerenu podršku društvenih mreža (putem *online* svijeta).

Kako se pandemija bolesti COVID-19 odrazila na prijateljstva?

„Bila sam jako, jako tužna kad su nam rekli da nećemo u ići u školu. Volim biti s prijateljicama, na odmorima smo davali savjete mlađoj rodici i njezinim prijateljicama, one su još male, tek su 4. razred.“

Antonela, učenica 6. razreda osnovne škole

Problematična situacija svjetskih razmjera, poput nepoznatog terena na koji šalje COVID-19 pandemija, pokazala je da korištenje online komunikacije postaje neizostavan dio u ljudskom funkcioniranju, ali i u razvoju pojedinca i društva. Željene međuljudske interakcije, poput prijateljstva, imaju značajan udio u tom razvoju i potrebno ih je prilagoditi svim dostupno mogućim situacijama. Pandemija bolesti COVID-19 poprilično je djelovala na mentalno zdravlje ljudi, posebice djece, adolescenata i mladih upravo zbog stresa prouzrokovanim ovom pandemijom, a koji može djelovati na njihove razvojne karakteristike (Ellis i sur., 2020). Pokazalo se kako su djeca i adolescenti tijekom socijalne izolacije bili zabrinuti te osjećali strah za svoj socijalni status i prihvaćenost zato što im je interakcija s vršnjacima ukinuta, a ta zabrinutost i strah su mogli rezultirati usamljenošću i depresijom (Ellis i sur., 2020). Nadalje, rezultati su pokazali kako su adolescenti u doba COVID-19 krize jako zabrinuti za svoje školovanje i odnose s prijateljima te su se više suočavali s usamljenošću i depresijom nego inače. Imajući to na umu, pokazalo se važnim pronaći načine na koji

će djeca i mladi održati kvalitetne prijateljske odnose i tijekom perioda trajanja mjera zbog pandemije bolesti COVID-19.

Smjernice učenicima za održavanje prijateljstava na daljinu

Kada ne komunicirate uživo, komunicirajte *online* putem

Tijekom karantene korištenje internetskih mreža za održavanje komunikacije na daljinu pokazalo se iznimno važnim za održavanje dobrog mentalnog zdravlja (Ellis i sur., 2020). Djeca, adolescenti i mladi svakodnevno provode određen dio svog slobodnog vremena koristeći društvene mreže, a to se vrijeme znatno povećalo od početka pandemije bolesti COVID-19 (Ellis i sur., 2020). Tijekom izolacija kod kuće, naša se svakodnevica uvelike razlikuje od uobičajenog funkcioniranja na koje ste se naviknuli u školi i učionici. Stoga je važno pronaći zamjenu za ispunjavanje socijalnih potreba putem društvenih mreža. To možete učiniti na način da se dopisujete s prijateljima preko različitih aplikacija ili sudjelujete u online videorazgovorima kako biste se družili i porazgovarali s prijateljima. Kao što je važno održavati prijateljske odnose kada se vidite uživo, važno je održavati odnose i interakciju i u *online* obliku jednako kako to činite u normalnim uvjetima izvan izolacije. U ovom pogledu upravo se *online* komunikacija pokazala glavnim načinom za održavanje prijateljstava na daljinu uz istovremeno poštivanje preporuka za smanjivanje fizičkih kontakta i očuvanje zdravlja drugih osoba.

Kod *online* komunikacije, komunicirajte putem videopoziva

Iako su istraživanja pokazala da digitalna komunikacija može dugoročno poboljšati postojeća prijateljstva (Valkenburg i Peter, 2007, 2009), ostaje zabrinutost da su mladi danas manje povezani nego što su bili u prošlosti te da sve učestalija digitalna komunikacija pridonosi usporenom socioemocionalnom razvoju ili razvoju empatije (Small i Vorgan, 2008; Turkle, 2012). Kako bi se ovo provjerilo, provedeno je istraživanje koje je bilo izravno usmjereno na usporedbu digitalne i komunikacije uživo među bliskim prijateljima (Sherman i sur., 2013). Parovi bliskih prijatelja sudjelovali su u petominutnim interakcijama u četiri situacije: uživo, putem audiopoziva, videopoziva te putem poruka, a interakcije su snimane kako bi se mogli uočiti znakovi povezanosti. Uz znakove povezanosti, ispitivači su analizirali i rezultate na samoiskazu emocija (osjećaj povezanosti) nakon svake pojedine interakcije. Rezultati su pokazali da svi oblici komunikacije izazivaju i osjećaje i znakove povezanosti. Broj znakova

povezanosti očekivano opada s razinom informacija koju medij pruža. Točnije, najviše znakova povezanosti ima u komunikaciji uživo pa putem videopoziva, audiopoziva te naposljetku putem poruka. Kod samoiskaza emocija, iako rezultati očekivano opadaju, nije pronađena statistički značajna razlika između razgovora uživo i videopoziva, videopoziva i audiopoziva te između audiopoziva i poruka. Iz navedenog se da zaključiti da je komunikacija putem videopoziva najbolja alternativa kada niste u mogućnosti komunicirati uživo s prijateljima. Stoga, kada vam nedostaju vaši prijatelji, a druženja uživo nisu opcija, uvijek ih možete nazvati putem videopoziva te tako na najbolji način zamijeniti komunikaciju uživo.

Organizirajte *online book club*

Kako biste druženja s prijateljima učinili što zanimljivijim i zabavnijim, ako volite čitati knjige, možete osnovati vlastiti *online book club*. Svaki tjedan odaberite jednu knjigu koju treba pročitati, vodeći pritom računa da je ta knjiga dostupna u *online* obliku. Na tjednom sastanku jedan od prijatelja može biti zadužen za vođenje rasprave o pročitanoj knjizi.

Organizirajte filmske večeri

Ako ste vi i vaši prijatelji pak više ljubitelji filmova, možete organizirati *online* filmske večeri. Zajedno s prijateljima možete napraviti raspored prikazivanja filmova na tjednoj ili mjesečnoj razini te odabrati koji će se (i kada) filmovi gledati. U dogovoreno vrijeme možete pustiti film preko *online* aplikacije kojoj svi mogu pristupiti, a po završetku filma, svi koji žele pozvani su komentirati i uključiti se u raspravu o filmu. Filmove možete odabrati prema tematici, glumcima koji glume u njima ili nekom drugom kriteriju koji vam se čini zanimljiv.

Igrajte društvene igre *online*

Ako vi i vaši prijatelji često organizirate večeri društvenih igara ili inače volite igrati društvene igre, nema razloga da se to ne provede i u *online* obliku. U jednom (fiksnom) terminu tjedno preko neke interaktivne stranice (npr. *Playtoy*) oformite timove koji zajedno igraju društvene igre (npr. *Čovječe ne ljuti se*, *Jamb* itd.). Nakon otprilike mjesec dana objavite pobjednike (s obzirom na rang liste dostupne na tim stranicama). Ti pobjednici dobivaju neku simboličnu, unaprijed dogovorenu nagradu.

Organizirajte zajedničko *online* učenje

„Kada netko treba pomoć za domaći, uvijek se javi u zajedničku grupu na fejsu.“

Ivica, učenik 6. razreda osnovne škole

Osim za zabavu, zajedničko druženje *online* putem možete iskoristiti i za međusobnu podršku u rješavanju školskih zadataka. Na taj način se možete dogovoriti s prijateljima za zajedničko rješavanje domaće zadaće, učenje gradiva ili si međusobno pojasniti sadržaj koji vam nije jasan u nekom unaprijed dogovorenom terminu. Tako možete povezati ugodno s korisnim i zajedničko *online* druženje iskoristiti na svrhovit način.

Hoće li ove smjernice vrijediti i kada se vratimo u „staro normalno“?

Sve se navedene aktivnosti (*online book club*, filmske večeri, igranje društvenih igara *online* i zajedničko / grupno *online* učenje) mogu vratiti u fizički kontekst, a *online* alatima se možete poslužiti kada svi članovi nisu u mogućnosti fizički biti prisutni. Konstruktivni načini druženja imaju pozitivne učinke na razvoj mladih (Berk, 2008), a iznad opisani načini upravo su prilika za to u *online* kontekstu ili tijekom druženja uživo. Prijateljstva su bogati izvori zabavnih i korisnih druženja, a izazovima poput ovih uslijed pandemije bolesti COVID-19, prijateljstva mogu doskočiti.

Zaključak

Pandemija bolesti COVID-19, preporuke i mjere koje su donesene radi sprečavanja širenja zaraze najvećim dijelom su unijele promjene u uobičajene odnose među ljudima. Samim tim najviše su pogođeni prijateljski odnosi i druženja s bliskim ljudima. S jedne strane važno se pridržavati mjera i preporuka ne bismo li zaštitili nama najvažnije osobe, među koje spadaju i naši prijatelji, a s druge strane, upravo nam je nedostajala podrška i bliski kontakt s prijateljima koji su nam u teškoj situaciji važan izvor utjehe i podrške. No, iako se fizička udaljenost i razdvojenost udomačila kao novo normalno u našim prijateljskim odnosima, to ne znači da ta prijateljstva i dalje ne mogu biti ono što su bila i ranije. Stoga smo u ovom poglavlju željeli istaknuti smjernice za održavanje kvalitetnih prijateljskih odnosa i u vrijeme pandemije te ponuditi zabavne i kreativne aktivnosti koje mogu zamijeniti klasična druženja uživo. Uvjereni smo da učenici neke od iznad opisanih načina već koriste, a za druge se nadamo da će unijeti dodatnu radost i zabavu u njihova *online* druženja.

Literatura

- Berk, L. E. (2008). *Psihologija cjeloživotnog razvoja*. Naklada Slap.
- Ellis, W. E., Dumas, T. M. i Forbes, L. M. (2020). Physically isolated but socially connected: Psychological adjustment and stress among adolescents during the initial COVID-19 crisis. *Canadian Journal of Behavioural Science*, 52(3), 177–187. <https://doi.org/10.1037/cbs0000215>
- Hayes, R. (1988). Friendship. U S. Duck (Ur.), *Handbook of personal relationships: Theory, research, interventions* (str. 391–408). Wiley.
- Santrock, J. W. (2010). *Adolescence*. McGraw-Hill.
- Sherman, L. E., Michikyan, M. i Greenfield, P. M. (2013). The effects of text, audio, video, and in-person communication on bonding between friends. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 7(2), Article 3. <https://doi.org/10.5817/CP2013-2-3>
- Sias, P. M. i Bartoo, H. (2007). Friendship, social support, and health. U L. L'Abate (Ur.), *Low-cost approaches to promote physical and mental health: Theory, research, and practice* (str. 455–472). Springer Science.
- Small, G. i Vorgan, G. (2008). *iBrain: Surviving the technological alteration of the modern mind*. HarperCollins.
- Sullivan, H. S. (1953). *The interpersonal theory of psychiatry*. Norton.
- Turkle, S. (2012). *Alone together: Why we expect more from technology and less from each other*. Basic Books.
- Turner, R. J. i Brown, R. L. (2010). *Social support and mental health: A handbook for the study of mental health; Social contexts, theories, and systems* (2nd ed). Cambridge University Press.
- Valkenburg, P. M. i Peter, J. (2007). Preadolescents' and adolescents' online communication and their closeness to friends. *Developmental Psychology*, 43(2), 267–277. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.43.2.267>
- Valkenburg, P. M. i Peter, J. (2009). Social consequences of the Internet for adolescents: A decade of research. *Current Directions in Psychological Science*, 18(1), 1–5. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8721.2009.01595.x>

Smjernice za roditelje



U naredna četiri poglavlja ponuđene su smjernice za roditelje vezane za:

- usklađivanje radnih i privatnih obaveza tijekom nastave na daljinu,
- uključivanje u obrazovanje djece tijekom nastave na daljinu,
- načine motiviranja djece za učenje tijekom nastave na daljinu,
- organizaciju izvannastavnih aktivnosti kod kuće.

Organizacija je pola posla! Kako roditelji mogu uskladiti radne i obiteljske obaveze tijekom nastave na daljinu?

Domagoj Čondrić, Sara Šparavac

Uvod

U životu odrasle osobe postoje obiteljska i radna domena, a svaka od njih stavlja različite zahtjeve pred osobu. Pojavom pandemije bolesti COVID-19 došlo je do raznih promjena u svakodnevnom životu, a roditelji su se našli pred još intenzivnijim izazovom usklađivanja obiteljske i radne uloge. Uz to, neki su od roditelja prešli i na rad od kuće. Iako su istraživanja pokazala kako rad od kuće omogućava fleksibilnost i time se zaposlenici mogu prilagoditi obiteljskim i radnim obvezama (Križan, 2020), rad od kuće može dovesti do toga da zaposlenici više vremena provode rješavajući radne zadatke ignorirajući pritom kućanske poslove (Carlson i sur., 2015). Uz to, ostali članovi obitelji mogu prekidati rad zaposlenika kod kuće i dovesti do pojave zvane salijentnost obiteljskih obveza koja podrazumijeva da zaposlenici prekidaju rad kako bi obavili kućanske poslove (Golden i sur., 2006).

Konflikt rad-obitelj i obitelj-rad

Važnost obitelji neupitan je prioritet u čovjekovu životu od najranijih trenutaka povijesti, no kako se vremena i način života mijenjaju, tako se mijenja i hijerarhija prioriteta čovjeka (Soldo, 2020). Polovicom 20. stoljeća obitelj je bila temeljna jedinica društva, a kasnijim istraživanjima krajem 20. i početkom 21. stoljeća, pokazano je kako se i dalje nalazi na visokoj poziciji u životu ljudi (Nikodem i sur., 2010). S druge strane, posao također predstavlja jednu od najvažnijih komponenata čovjekova života. Obitelj i posao mogu se staviti u međuovisni odnos jer, na kraju krajeva, čovjek primarno radi da bi prehranio obitelj, a obitelj koja nema financijskih prihoda, teško da će uspjeti opstati. Ipak, čovjek ne radi samo da bi zaradio, nego da bi razvio sebe, svoj identitet te socijalne interakcije s drugim ljudima, što pridonosi njegovom razvoju u društvu kao pojedincu (Proroković i sur., 2009).

U današnje vrijeme pronaći kompromis između poslovnih i privatnih obaveza izrazito je teško. Iako žele graditi i ulagati u svoje obitelji, ljudi su često zakrčeni poslovnim zadacima, koji postaju sve zahtjevniji (Soldo, 2020). Stoga se glavnim uzrocima konflikta obitelji i posla smatraju nedostatak vremena (Soldo, 2020), umor te iscrpljenost (Gjurić i sur., 2014). Taj se konflikt objašnjava kao nemogućnost udovoljavanju zahtjevima jedne domene zbog udovoljavanju zahtjevima druge domene (Greenhaus i Beutell, 1985). Postoje dvije vrste konflikta: konflikt obitelj-rad gdje obiteljske obveze djeluju na domenu rada i konflikt rad-obitelj gdje radne obveze djeluju na domenu obitelji. Konflikt koji je prema istraživanjima zastupljeniji jest konflikt rad-obitelj (Janković i sur., 2012). On se najviše očituje kad se stres i preopterećenje koje posao nosi sa sobom odražava na obitelji koja zapravo nema nikakve povezanosti s time (Soldo, 2020). Međutim, obje vrste konflikta negativno djeluju na psihičko i tjelesno zdravlje pojedinca (Matešić, 2019). Istraživanja su pokazala kako stav o bračnim ulogama i ostvarena bračna uloga imaju važnu ulogu u uspješnom organiziranju vremena među zahtjevima unutar radne i obiteljske domene (Gjurić i sur., 2014). Naime, stav o bračnim ulogama djeluje na način da ako partneri imaju sukladne stavove, imaju i međusobno razumijevanje te više rade kompromise kako bi bolje kontrolirali zahtjeve obitelji i posla.

Organizacija vremena kao ključ za izbjegavanje konflikata među ulogama

Kako ne bi bilo negativnih posljedica ovih dviju vrsta konflikata između radne i obiteljske uloge, potrebno je kvalitetno organizirati svoj radni i osobni aspekt života. Jedna od takvih stvari za početak je organizacija slobodnog vremena, odnosno vremena bez obaveza, vremena za opuštanje, vremena za osobni razvitak, itd. Uzimajući u obzir obiteljsku domenu, to podrazumijeva zabavu s članovima obitelji, opuštanje, putovanje i slično, gdje se obitelj zapravo povezuje i dolazi do bolje kvalitete obiteljskog života i odnosa (Soldo, 2020).

Smjernice za to može pružiti empirijski istraživani model upravljanja vremenom (Macan i sur., 1990) koji se sastoji od tri dimenzije, odnosno: (1) postavljanja ciljeva i njihovog prioritiziranja koje uključuje dnevne odluke o obavljanju onog najvažnijeg, (2) mehaniku upravljanja vremenom, a koja se sastoji od izrade liste zadataka (tzv. *to-do* liste) te (3) preferenciju za organizacijom koja podrazumijeva organizirani i metodički pristup radu. Tako na primjer, odluku zaposlenog čovjeka o posvećivanju više vremena obitelji možemo objasniti preko navedene tri dimenzije na sljedeći način: prva dimenzija podrazumijevala bi postavljanje cilja za povećanje količine i kvalitete vremena provedenog s obitelji. To bi se moglo

ostvariti učinkovitijim pristupom radu na način da se što manje vremena provede u prokrastinaciji, već se odmah pristupi zadatku kako se ne bi dogodilo da je potrebno ostati na poslu dulje nego što to radno vrijeme zahtijeva. Drugom dimenzijom, zaposleni čovjek trebao bi svoje zadatke na poslu podijeliti u liste zadataka i rješavati te zadatke redom kako se u količini istih ne bi izgubio te bi si osigurao sustavan i učinkovit rad. Končno, trećom dimenzijom ovakva organizacija trebala bi postati uobičajena u pojedinčevom poslovnom životu, a što će vrlo vjerojatno osigurati učinkovitost poslovnih obaveza. Tom učinkovitošću osobi će ostati veća količina vremena za obitelj čime se onda ispunjava primarni cilj iz prve dimenzije. Pokazano je da model upravljanja vremenom potiče specifične načine postavljanja i rangiranja ciljeva kod ljudi te praćenje ponašanja koja su usmjerena k ostvarivanju tih ciljeva (Baltes i sur., 2009).

U nastavku su predstavljene smjernice koje možete predložiti roditeljima o tome kako organizirati vrijeme tijekom nastave na daljinu i/ili rada od kuće, ali i tijekom klasične nastave i/ili rada. Neki od tih primjera su održavanje rutine, rasporeda obaveza u obitelji, socijalna podrška, fizička granica između uloga i vrijeme za sebe.

Smjernice roditeljima za uspješno organiziranje i usklađivanje obaveza

Održavajte rutinu

Jedan od načina na koji možete organizirati vrijeme tijekom rada kod kuće, a u svrhu bolje usklađenosti radne i obiteljske uloge, bilo bi održavanje rutine. To bi značilo da jasno odredite u kojem se periodu dana što radi i trudite se tog plana držati svakog dana u isto vrijeme. Ovakvo pridržavanje ustaljene rutine olakšava organizaciju vremena kroz dan te pruža određeni osjećaj normalnosti u novoj situaciji. Jedan dio dana možete posvetiti radnoj ulozi, a ostatak dana obiteljskoj ulozi. Učinkovito bi rješenje bilo organiziranje vremena s jasnom granicom između tih uloga (Križan, 2020), na način da primjerice obavite radne zadatke ujutro do pauze za kuhanje ručka, zatim slijedi obavljanje kućanskih poslova i druženje s obitelji. Ako ste taj dan imali veći broj radnih zadataka, možete ih završiti do kraja u večernjim satima. Djeci također možete pomoći da i ona stvore svoje rutinu, a koja će im olakšati obavljanje svih školskih obaveza kroz dan. Tako ih možete savjetovati da, ovisno o vremenu održavanja nastave, dio dana kada nisu u školi posvete obavljanju školskih i ostalih obaveza, a ostatak vremena iskoriste za druženje i odmor.

„Ja bih reko da je najbitnije klincima, kad oni znaju što mogu, a što ne mogu. Kad s njima napraviš njihov program, onda oni imaju svoj dan na miru i ti odradiš svoje što treba.“

Luka, otac djeteta 3. razreda osnovne škole i
djeteta 6. razreda osnovne škole

Napravite raspored obaveza u obitelji

U situaciji rada od kuće javljaju se specifični izazovi u zajedničkom domu, pogotovo u kućanstvima s više članova obitelji. Tako se događa da imate *online* sastanke u određeno doba dana, djeca koja studiraju imaju predavanja na daljinu, a mlađa djeca imaju nastavu uživo ili na daljinu. Jedan od načina kako da svi u obitelji budu zadovoljni i uspješno obave svoje radne obaveze bez ometanja jest korištenje rasporeda obaveza na vidljivom mjestu. Raspored obaveza možete napisati na ploči ili hladnjaku kako nitko od ukućana ne bi propustio neku informaciju. Isto tako, raspored možete napisati na kalendar ili obični A4 bijeli papir s jasno označenim danima i satima (Hasan i sur., 2011). Svatko od ukućana može upisati vrijeme kada ima sastanak ili predavanje kako bi ostali znali vrijeme u kojem treba vladati mir i tišina. Za lakšu organizaciju, svaku obavezu možete označiti drugom bojom: crvenom se naljepnicom mogu označiti sastanci roditelja, zelenom predavanja starije djece i plavom predavanja djece koja idu osnovnu ili srednju školu. Osim zabilježenih radnih i školskih/akademske obaveza, ovakav način rasporeda možete primijeniti i na obveze za kućanske poslove. Kako bi se što manje javljao konflikt između obiteljskih i radnih/školskih obaveza, važno je da svi u obitelji imaju razumijevanja za potrebe jedni drugih te poštuju svačije vrijeme za koje im treba tišina i koncentracija.

Prihvatite socijalnu podršku

Tijekom rada od kuće roditelji su počeli sve češće primati vanjsku socijalnu podršku zbog dugotrajnih radnih obaveza i velike količine stresa uzrokovane nedostatkom kontrole. Socijalnu podršku mogu pružiti ostali članovi obitelji ili plaćena vanjska pomoć (npr. čuvanje djece, čišćenje stana) čime bi vam se značajno olakšale obveze obiteljske uloge (Križan, 2020). Neki su roditelji u obavljanju obiteljskih obaveza imali podršku obitelji, no utjecajem sigurnosnih mjera zbog pandemije bolesti COVID-19 određeni su se period morali snaći sami. Uz nedostatak vanjske socijalne podrške pokazalo se da je jako važna podrška partnera. Ako se podijelite u obavljanju obiteljskih obaveza, od kućanskih poslova do brige za djecu, stići ćete zajedničkim trudom ispuniti sve obaveze u danu bez prevelikog napora, baš kao što je naveo i otac Matej. Za ravnopravnu podjelu

poslova važno je razumijevanje radnih obaveza partnera i oslušivanje njegovih želja (Križan, 2020). Ne ustručavajte se pitati svoju širu obitelj ili partnera za pomoć kako bi što lakše ostvarili svoje dnevne obiteljske i radne obaveze, pogotovo tijekom nesigurnog razdoblja pandemije bolesti COVID-19.

„Sve zajednički. Bez obzira koliko šta pridonosi. Gledamo da si pomažemo u tom aspektu. Znači ako je netko možda malo više opterećen poslom, onda se preraspodijele obaveze i to je sasvim normalno.“

Matej, otac djeteta 7. razreda osnovne škole

Napravite fizičku granicu između radne i obiteljske uloge

Različite situacije mogu ometati rad od kuće, od prekida mlađe djece do kućnih ljubimaca. Neka od rješenja za te situacije bile bi da pružite djeci raspored dana i usmjerite ih jedno na drugo, a ne na sebe. Rad od kuće može djelovati i na pojavu neugodnih emocija (krivnje, stresa) i umora koji zajednički djeluju na sveukupnu tjelesnu i psihološku iscrpljenost pojedinca (Križan, 2020). Stoga se važnim pokazalo da osobe imaju jasnu fizičku granicu između obiteljske i radne uloge, odnosno da obavljate radne dužnosti u nekoj drugoj prostoriji u miru, jer u tom slučaju osjećate manje stresa i imate manje izražen konflikt između obiteljskih i radnih obaveza (Križan, 2020). Ako imate mogućnost koristiti radnu sobu ili bilo koju drugu sobu gdje ćete imati mir i moći koncentrirano raditi bez stalnih prekidanja, svakako to iskoristite jer će vam omogućiti da što prije ispuniti radne obaveze i posvetite se druženju s obitelji. Ako nemate tu mogućnost, možete u svome domu odrediti jedan dio koji će predstavljati vaš radni kutak te objasniti djeci i ostalim ukućanima da vas ne ometaju kada ste u tom radnom prostoru jer obavljate radne zadatke.

Družite se s obitelji

Istraživanja su pokazala kako kod većine roditelja dolazi do smanjene pojave stresa i manjeg konflikta obitelji i posla ako posvete vrijeme slobodnim aktivnostima (Križan, 2020). Kroz slobodne aktivnosti osjećat ćete ugodne emocije i oporavljati se od psihološke i tjelesne iscrpljenosti. Vrijeme koje posvetite samima sebi povezano je s povećanjem dobrobiti, a nedostatak tog vremena povezano je s povećanjem umora (Sonnentag i Schiffner, 2019). S obitelji možete zajedno sudjelovati u slobodnim aktivnostima, od šetnji, gledanja filmova, društvenih igri, vježbanja, vožnji bicikla do odlaska na izlet u nacionalni park. Osim što bi djeca bila zadovoljnija s takvim druženjima, vi biste imali manji osjećaj krivnje zbog rad-

nih obaveza i bili biste opušteniji (Križan, 2020). Istraživanja su pokazala kako je vježbanje kao slobodna aktivnost povezana s poboljšanjem mentalnog zdravlja koje se odnosi na raspoloženje i samopouzdanje (Raglin, 1990). Pokazalo se da čak 20 do 40 minuta treninga svaki dan smanjuje anksioznost i povećava dobro raspoloženje kroz dan. Poslije aktivnosti bi napunili dovoljno energije za ostatak obaveza. Ako se cijela obitelj nalazi u samoizolaciji zbog pandemije bolesti COVID-19 možete svi zajedno sudjelovati u grupnom treningu ako vam zdravlje to dopušta.

Vrijede li ove smjernice i u (staro)normalno doba?

Općenito, svi ranije navedeni primjeri lakše organizacije mogu vam pomoći u boljoj organizaciji i tijekom i nakon perioda pandemije. Održavanje rutine stalni je dio svakodnevice mnogih zaposlenika i roditelja. Na primjer, kad roditelj radi jutarnju smjenu nakon posla odlazi u vrtić ili školu po dijete, zatim radi ručak pa kućanske poslove. Ako roditelj radi od kuće, ujutro se usmjerava na radne zadatke, a kasnije na ostale obveze. Rutina vam može pružiti osjećaj sigurnosti i kontrole kako bi svaki dan mogli što bolje funkcionirati u izvršavanju obaveza. Nadalje, vidljivo prikazan raspored obaveza ukućana može uvelike pomoći u lakšoj organizaciji vremena bez obzira na rad od kuće ili na radnom mjestu i na školu uživo ili na daljinu. S obzirom na to da je kod klasičnog oblika nastave manje ukućana kod kuće, raspored se obaveza ne mora nužno odnositi na vrijeme predavanja ili sastanka, nego na vrijeme kada je koji ukućanin zadužen za kućanske poslove. Važno je naglasiti da je raspored obaveza tijekom rada od kuće još važniji jer može upozoriti ostale ukućane kad je nekome potrebna tišina i koncentracija. Socijalna podrška isto može pridonijeti organizaciji vašeg vremena, od pomoći obitelji, poput „baka-servisa“, do plaćene vanjske socijalne podrške, poput servisa za glačanje. Ako jedan od roditelja ima specifično zanimanje, poput učitelja ili arhitekta, te često posao treba obavljati i kod kuće, jasna fizička granica između uloga će vam olakšati usklađivanje tih obaveza. Možete se povući u radnu sobu dok ne napravite sve što ste imali u planu za taj dan. Posljednji je primjer rješenja druženje s obitelji koje promiče psihološku dobrobit osobe i potiče dobro raspoloženje, pogotovo ako ste pod stresom zbog puno obaveza. Zajednički izlet s obitelji vikendom u situaciji sa i bez pandemije može napuniti energiju za sljedeći tjedan i pružiti olakšanje i odmor za tijelo te mentalno zdravlje.

Zaključak

Obitelj i posao dva su ključna aspekta čovjekovog života koji uvelike ovise jedan o drugom. Te dvije domene svojim zahtjevima mogu biti u sukobu u kojem udovoljavanje zahtjevima jedne domene sprečava udovoljavanju zahtjevima druge. Zato je bitno vrlo kvalitetno organizirati vrijeme u svim aspektima kako bi se učinkovitost i zadovoljstvo očitovale u istima. Neki modeli objašnjavaju kako organizacija vremena potiče ljude na specifičnije postavljanje ciljeva te usmjeravanje ponašanja k tim ciljevima. Postoje brojni načini organizacije vremena koji pomažu roditeljima, a neki od njih su održavanje rutine, socijalna podrška, raspored obveza u obitelji, fizička granica između uloga te vrijeme za sebe. Svaka od iznad navedenih smjernica može na određeni način pomoći roditeljima uskladiti privatno-poslovne obaveze te djelovati na kvalitetu njihovog života i života obitelji stoga se nadamo da će neke od njih isprobati i da će funkcionirati i u njihovom radnom i obiteljskom okruženju.

Literatura

- Baltes, B. B., Clark, M. A. i Chakrabarti, M. (2009). Work-Life balance: The roles of work-family conflict and work-family facilitation. U A. Lingley, S. Harrington i N. Page (Ur.), *Handbook of positive psychology and work* (str. 491–521). Oxford University Press.
- Carlson, D. S., Kacmar, K. M., Zivnuska, S. i Ferguson, M. (2015). Do the benefits of family-to-work transitions come at too great a cost. *Journal of Occupational Health Psychology, 20*(2), 161–171. <https://doi.org/10.1037/a0038279>
- Gjurić, H., Šimunić, A. i Gregov, L. (2014). Konflikt radne i obiteljske uloge kod zaposlenih bračnih drugova: Važnost usklađenosti stava prema bračnim ulogama. *Društvena istraživanja, 23*(4), 641–659. <https://doi.org/10.5559/di.23.4.05>
- Golden, T. D., Veiga, J. F. i Simsek, Z. (2006). Telecommuting's differential impact on work-family conflict: Is there no place like home. *Journal of Applied Psychology, 91*(6), 1340–1350. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.91.6.1340>
- Greenhaus, J. H. i Beutell, N. J. (1985). Sources and conflict between work and family roles. *The Academy of Management Review, 10*(1), 76–88. <https://doi.org/10.5465/amr.1985.4277352>
- Hasan, K. T., Noori, S. R. H., Salam, A. i Kabir, M. A. (2011). *Making sense of time: Timeline visualization for public transport schedule*. https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/31491424/Making_sense_of_time-final.pdf?1372850347=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3D-Making_sense_of_time_timeline_visualizat.pdf&Expires=1623246186&Signature=F-v-wdp5U-JF~XAoD7NikOAip27ZZjdBLIXZ-ki5D9Fbac7cM-5cYFmGvVI7hJa0nxZuK60iAECQOb35YTKrja~UA0udyonBFvQi1fyreFA-RAvTWP5DW7Z7ezIdadMLhzvLr-Las3Z3xU-uHmwUAdemsfTbEjv~e5E-8PnXUH-MsKUFivPXNBjr1g8JFRndOTiTXMUlx5LzCgK09XBD2fBUZKongsgPXbKWIO85GUGkq8jxaN8HnR-FB8ggkL~5-O3yOtw5QASToX8J-nQFgnf-pUqTaWF6stl7jG8ld-Vox3p~6PZ3Q9Qc8cOF03JLWXVzC-LbMtb0xB6MiQ9cFl7us83Q_&Key-Pair-Id=APKAJLOHF5GGSLRBV4ZA
- Janković, J., Laklija, M. i Berc, G. (2012). Percepcija sukoba radne i obiteljske uloge u kontekstu nekih obilježja obitelji i posla. *Kriminologija i socijalna integracija, 20*(1), 23–34. <https://psycnet.apa.org/record/2012-22713-002>
- Križan, M. (2020). *Rad na daljinu i usklađivanje zahtjeva obiteljske i radne uloge u vrijeme pandemije COVID-19* [Neobjavljena doktorska disertacija]. Filozofski fakultet Sveučilišta u Zagrebu.
- Macan, T. H., Shahani, C., Dipboye, R. L. i Phillips, A. P. (1990). College students' time management: Correlations with academic performance and stress. *Journal of Educational Psychology, 82*(4), 760–768. <https://doi.org/10.1037/0022-0663.82.4.760>

- Matešić, A. (2019). *Prediktori konflikta radne i obiteljske uloge kod zaposlenih majki* [Neobjavljena doktorska disertacija]. Filozofski fakultet Sveučilišta u Zagrebu.
- Nikodem, K., Aračić, P. i Džinić, I. (2010). Važnost braka i obitelji u hrvatskom društvu. Analiza osnovnih pokazatelja u razdoblju od 1999. do 2008. godine. *Bogoslovska smotra*, 80(2), 623–642. <https://hrcak.srce.hr/56249>
- Proroković, A., Miliša, Z. i Knez, A. (2009). Radne vrijednosti i zadovoljstvo poslom s obzirom na neke sociodemografske značajke. *Acta Iadertina*, 6(1), 3–17. <https://hrcak.srce.hr/190066>
- Raglin, J. S. (1990). Exercise and mental health. *Sports Medicine*, 9(6), 323–329. <https://doi.org/10.2165/00007256-199009060-00001>
- Soldo, I. (2020). *Izazovi usklađivanja obiteljskih i poslovnih obaveza na području grada Zagreba* [Neobjavljeni diplomski rad]. Hrvatsko katoličko sveučilište u Zagrebu.
- Sonntag, S. i Schiffner, C. (2019). Psychological detachment from work during nonwork time and employee well-being: The role of leader's detachment. *The Spanish Journal of Psychology*, 22(e3), 1–9. <https://doi.org/10.1017/sjp.2019.2>

Kako se roditelji mogu uključiti u obrazovanje svog djeteta tijekom nastave na daljinu?

Petra Belec, Karmela Hohnjec, Ivona Jelačić, Ena Pipal

Uvod

Danas se mnogo pažnje pridaje školskom životu djeteta, njegovom razvoju te funkciji roditelja u toj sferi života. Naime, uključenost roditelja u život djece povećava njihove roditeljske vještine i omogućuje im da steknu znanja koja će pridonijeti kvalitetnijem pomaganju djeci (Škundrić, 2017). Djeca se obraćaju upravo roditeljima kao prvom izboru savjetnika i osobe od povjerenja koji se uvijek brinu uvažiti djetetov najbolji interes. Dimenziju uključenosti roditelja može se sagledati iz dvije perspektive, pri čemu se uključenost roditelja kod kuće odnosi na aktivnosti kao što su pomaganje djeci sa zadaćom, ponavljanje za ispit i praćenje napretka djece, dok se uključenost u školi odnosi na strategije poput pohađanja roditeljskih sastanaka, komuniciranja s učiteljima, prisustvovanja na školskim priredbama, volontiranja u školi ili promatranja djeteta u nekoj sportskoj aktivnosti (Škundrić, 2017). Osim što povećava roditeljske vještine, uključivanje roditelja u školski život djece donosi i brojne druge pogodnosti, a to su primarno poboljšani akademski uspjeh djece, smanjenje izostajanja s nastave, poboljšanje socijalnih vještina, povećanje samopoštovanja i pozitivnih stavova. Te se pogodnosti mogu djelomično pripisati tome da učenici postaju više fokusirani na svoj školski rad te su više motivirani da ne odustanu kada naiđu na prepreke (Ntekane, 2018). Također, djeca čiji su roditelji uključeni u njihov školski život, jesu aktivna i spremna učiti, uče biti točni i ustrajni jer se roditelji neprestano raspituju o njihovu napretku te ih stoga ne žele razočarati (Ntekane, 2018). S druge strane, istraživanje Harris i Goodall (2008) pokazuju da, prema iskustvima učenika, nedostatak roditeljske uključenosti potpomaže nepoželjnom ponašanju u školi, slabijim ocjenama i izostancima iz škole.

Uključenost roditelja u obrazovanje djeteta tijekom pandemije bolesti COVID-19

„Škola na daljinu podrazumijeva novi teret na roditelje. Mnogi od njih jednostavno neće imati vremena/mogućnosti/volje baviti se ‘homeschoolingom’, iako je i dosadašnja škola zahtijevala prevelik angažman roditelja. Jer škola na daljinu je upravo to.“

Ana, majka učenice 3. razreda osnovne škole

U kontekstu nastave na daljinu neka istraživanja pokazuju da škole mogu povećati uključenost roditelja i pozitivno djelovati na poboljšanje odnosa roditelja i djeteta koristeći se tehnologijom, a konkretno se to odnosi na korištenje informacija na školskim mrežnim stranicama, *online* pristupa materijalima za učenje te e-dnevnika čime se podržava učenikov školski rad i postignuće (Škundrić, 2017). Istraživanje koje je proučavalo dojmove roditelja o provođenju nastave na daljinu s obzirom na kontekst pandemije bolesti COVID-19, pokazalo je da se roditelji u Hrvatskoj često osjećaju frustrirano, nemoćno i nesposobno pomoći djetetu da savlada sadržaj predmeta zbog nedostatka vremena. Većina roditelja iskazuje visoke razine digitalne kompetencije što im omogućava da nadgledaju rad djece, međutim vjeruju da bi učitelji mogli smanjiti njihov osjećaj bespomoćnosti poboljšanjem komunikacije s učenicima i njima samima, posebice u višim razredima osnovne škole (Slovaček i Čosić, 2020). Također, pokazano je kako više od polovice roditelja smatra da nastava koja se izvodila *online* nije bila kvalitetna te da je od njih iziskivala velik trud i angažman, dok su se djeca u takvim okolnostima osjećala dodatno napeta, iako su kriteriji ocjenjivanja prema manjem dijelu roditelja bili blaži (Nacionalni centar za vanjsko vrednovanje obrazovanja [NCVVO], 2020). Osim nedostatka komunikacije i osjećaja preplavljenosti, roditelji izvještavaju i o ostalim preprekama s kojima se suočavaju tijekom uključivanja u obrazovanje djece, a one se primarno odnose na pristupačnost s obzirom na to da veći dio učenika mora posuđivati računalo te da četvrtina njih nema u kući mjesto za rad (NCVVO, 2020). Imajući na umu ovakva iskustva roditelja, u nastavku navodimo teorijske postavke o preporukama za uključivanje roditelja u obrazovanje djece, a na temelju kojih su predložene konkretne smjernice koje možete predložiti roditeljima o tome kako se nositi s izazovima nastave na daljinu.

Zašto je važna komunikacija prilikom uključivanja roditelja u školovanje njihove djece?

Komunikacija je proces razmjene informacija i ideja te je temelj svih odnosa (Pinjuh, 2015), a važna je i u procesu uključivanja roditelja u obrazovanje djeteta. Putem komunikacije s drugom osobom možemo saznati što ona misli i kako se osjeća, to jest možemo je bolje upoznati i time poboljšati odnos s njom. Obiteljska je komunikacija posebice važna jer ona djeluje na atmosferu i dinamiku svih odnosa u obitelji te, kada je otvorena i iskrena, svi se članovi osjećaju slobodno izraziti svoje želje, potrebe i mišljenja (Pinjuh, 2015). Takva komunikacija omogućuje i lakše rješavanje problema i konflikata koji se javljaju kod pojedinog člana obitelji kao i u obitelji kao cjelini (Galvin i sur., 2015). Ako roditelj potiče komunikaciju s djetetom i pokazuje primjerom da je u redu izraziti i podijeliti svoje misli i osjećaje tada će i dijete to lakše i češće činiti. No, ako je obiteljska komunikacija zatvorena, nejasna i neizravna tada dolazi do suprotnog. Prilikom pokušaja uključivanja u obrazovanje djeteta, roditelj će imati više uspjeha u tome ako prvo popriča s djetetom i izrazi koje su mu namjere i želje (McNeal, 2013). Pritom je važno pitati dijete o njegovim mišljenjima i potrebama vezanima za školu te sam čin raspravljanja o problemima koje dijete ima može pomoći u njegovu obrazovanju. Također, pokazalo se kako je djeci tijekom pandemije bolesti COVID-19 razgovor s roditeljima o novonastaloj situaciji bio značajni zaštitni faktor u suočavanju sa simptomima anksioznosti, depresije i stresa (Tang i sur., 2020).

U jednom longitudinalnom istraživanju pokazalo se kako postoji učinak prelijevanja (eng. *spillover effect*), a on se odnosi na pojavu utjecaja roditeljeve uključenosti i komunikacije sa školom, ne samo na njihovu djecu, već i na druge učenike te škole (McNeal, 2013). Naime, pokazalo se kako samo pohađanje škole s visokim stupnjem uključenosti roditelja ima pozitivan učinak na učenike čak i ako njihovi roditelji nisu uključeni. To nam govori kako je i komunikacija roditelja sa školom i učiteljima izrazito važna. Roditelj ostvaruje kontakt putem odlazaka na roditeljske sastanke i sudjelovanjem na školskim događajima i aktivnostima ako je to moguće. Garbe i suradnici (2020) svojim su istraživanjem pak pokazali da je roditeljima tijekom karantene izazvane pandemijom bolesti COVID-19 bila potrebna komunikacija s učiteljima ne bi li dobili savjete o tome kako da pomognu djetetu u učenju te kako da pronađu i koriste potrebne materijale što nam dodatno ukazuje na važnost komunikacije sa školom.

Zašto je važna dobra organizacija vremena?

Opsežnim anketnim istraživanjem Garbe i suradnika (2020) pokazalo se kako je djeci tijekom nastave na daljinu i karantene izazvane pandemijom bolesti COVID-19 nedostajala struktura po kojoj se mogu voditi te im je bilo teško održavati ravnotežu privatnog i poslovnog, odnosno obrazovnog vremena, kao i roditeljima. Zbog neodređenosti i zbunjenosti oko onoga što treba činiti, kada i na koji način, važno je organizirati se te uspostaviti određenu rutinu, odnosno raspored (Bhamani i sur., 2020). Više istraživanja pokazalo je kako je sposobnost kvalitetne organizacije vremena pozitivno povezana s višim akademskim uspjehom (Leonhard, 2007; West i Sadoski, 2011). Naime, pokazano je kako su načela dobre organizacije vremena poput izbjegavanja odgađanja, ponavljanja gradiva ubrzo nakon predavanja, kontinuiranog učenja, postavljanje prioriteta te odvajanja vremena i za druge, ne školske obaveze komponente koje su izravno povezane s boljim akademskim postignućem (West i Sadoski, 2011). Usvajanje ovih strategija i podučavanje djeteta istima može uvelike pomoći roditelju da organizira svoje vrijeme, uspostavi potrebnu rutinu i pomogne djetetu kratkoročno u nošenju sa školskim obavezama tijekom nastave na daljinu i dugoročno s organiziranjem svakodnevice.

Miran prostor i opskrba materijalima za učenje

Između ostalog roditelji se u učenje ili praćenje nastave svoje djece kod kuće mogu uključiti tako da djeci pomognu pronaći i osmisli svoj kutak za učenje i rad ili im osigurati materijale potrebne za učenje (OECD, 2011, prema Emerson i sur., 2012). Roditelji zajedno s djecom mogu odrediti kutak u kući ili stanu koji će njima poslužiti za učenje i biti oslobođen suvišnih distrakcija. Mnogobrojna istraživanja do sada ispitivala su učinak glasne okoline na različite aspekte funkcioniranja ljudi. Istraživanja su pokazala da glasne, tj. ometajuće okoline, posebno one ispunjene neugodnim zvukovima, nepovoljno utječu na kognitivne aspekte, poput učenja i posla, ali i na zdravstvene aspekte funkcioniranja čovjeka (Yang i sur., 2020). Koliku važnost ima okolina u kojoj osoba radi ili uči pokazuje i istraživanje gdje je ispitivan učinak studenata u uvjetima glasnog zvuka (Ali, 2013). Tu je pokazano da učinak studenata opada za 22% u uvjetima visoke frekvencije zvuka (Ali, 2013). Nadalje, u drugom se istraživanju usmjerilo na učenje pomoću mobilnoga telefona te je pokazano da učenici imaju veći nivo koncentracije kada sjede u tihom okružju, u odnosu na to kada stoje ili hodaju u tihom okružju (Yang i sur., 2020). Također, pokazano je da učenici imaju niži nivo koncentracije u glasnom okružju, neovisno o tome da li sjede, stoje ili hodaju (Yang i sur., 2020). Osim toga,

Mayer (2009) pronalazi da vanjske slušne informacije, koje nemaju veze s učenjem, mogu uzrokovati kognitivni stres, što dovodi do toga da će dio kognitivnih resursa dostupnih za učenje otići na nebitne informacije i smanjiti dostupne kognitivne resurse. Stoga, glasna okolina može dovesti do slabijih postignuća u učenju. Posljedično, važno je da učenici tijekom učenja i praćenja nastave na daljinu imaju vlastitu okolinu bez suvišnih distrakcija, koji mogu smanjiti njihove kognitivne resurse, i mogućnost praćenja u sjedećem položaju, što im roditelji mogu pomoći osmisliti i osigurati.

Kada govorimo o materijalima potrebnim za učenje prvenstveno pomislimo na različite udžbenike i knjige, no razvojem novih tehnologija proširile su se mogućnosti za uporabu materijala za učenje, pa tako u materijale za učenje mogu ulaziti različiti videoprikazi na internetu, interaktivni kvizovi, igrice i drugo. Važno je napomenuti kako u materijale za učenje ulazi i različit pribor kojeg djeca koriste prilikom učenja poput olovaka, gumica, bojica, ravnala, kalkulatora i ostalog. No, zašto su materijali važni? Prvenstveno zbog toga što oni djeci pružaju priliku za učenje, odnosno oni im daju pristup znanju. Dakle, djeca u njima pronalaze znanje i vještine koje trebaju usvojiti, ali i načine na koje ih usvojiti (Oakes i Saunders, 2002). Preko različitih tekstova, slika, vježba i aktivnosti, udžbenici, ali i drugi dostupni materijali, pozivaju učenike na učenje i sudjelovanje i pokazuju im kako savladati određeno znanje ili vještinu (Oakes i Saunders, 2002). Nadalje, različita su istraživanja pokazala da veća dostupnost i izbor materijala za učenje pridonosi boljem školskom uspjehu djece (Fuller i Heyneman, 1989). Na kraju možemo zaključiti kako različiti materijali za učenje, od udžbenika i knjiga pa sve do kalkulatora i olovaka, pružaju djeci priliku za učenje i usvajanje znanja i vještina te djeluju na njihov školski uspjeh.

Informalno učenje – spontano učenje

Kada govorimo o obrazovanju djece i mladih obično mislimo na formalno i neformalno obrazovanje. No, usvajanje novih spoznaja i znanja sa sobom donosi i brojne promjene u obrazovanju i načinima učenja. Tako se danas sve češće srećemo s pojmom cjeloživotno obrazovanje. Oblici se cjeloživotnog obrazovanja razlikuju prema organiziranosti, strukturiranosti uvjeta u kojima se učenje odvija te stupnju certificiranosti ishoda obrazovanja i prema tome se dijeli na formalno, neformalno i informalno obrazovanje (Pastuović, 2008). Formalno obrazovanje provodi se u obrazovnim institucijama prema predviđenom nastavnom kurikulumu te se završetkom svakog stupnja dobiva potvrda. Neformalno se obrazovanje od formalnog razlikuje utoliko što se odnosi na izvannastavne i izvanskolske

aktivnosti poput učenja stranog jezika, tečajeva slikanja, treniranja sporta i slično, te za završeni stupanj edukacije ne trebamo nužno dobiti certifikat (Schugurensky, 2000). Informalno obrazovanje može se još nazvati i informalno učenje jer se ono ne odvija prema pravilima i programima obrazovnih institucija, već izvan nastavnog kurikuluma. Informalno učenje može se javiti kao: 1.) samoobrazovanje gdje pojedinci uče samostalno ili uz pomoć drugih, 2.) nenamjerno učenje koje se događa u različitim životnim okolnostima i najčešće je nesvjesno i 3.) socijalizacija, odnosno usvajanje vrijednosti, stavova i vještina (Schugurensky, 2000).

U svakodnevnom životu učenika i njihovih roditelja postoji mnogo prilika u kojima roditelji mogu potaknuti nenamjerno učenje kod svoje djece. Rogić (2011) naglašava važnost učenja kod kuće i uloge roditelja u tome. Osvrće se na studiju Schmidt-Wenzel (2008, prema Rogić, 2011) i ističe da je bitno da roditelji kritički propituju vlastite stavove, budu fleksibilni u svom pristupu prema djeci te da su spremni razvijati se i mijenjati. Kako bi poboljšali načine učenja svoje djece mogu se koristiti novim metodama i tehnikama. Tako je na primjer, Sandifer (1997, prema Riedinger, 2012) pronašao da obiteljski posjeti muzeju mogu poboljšati obrazovne ishode učenika. Također, Zimmerman i suradnici (2009, prema Riedinger, 2012) pronašli su da roditelji mogu maksimizirati iskustvo posjeta muzeja tako da koriste posebne strategije razgovora sa djecom; na primjer usmjeravati njihovu pažnju na ključne aspekte izložbe, pomoći djeci čitati objašnjenja, modelirati entuzijazam ili zanimanje i slično.

Smjernice roditeljima za uključivanje u školovanje svoje djece tijekom nastave na daljinu

Razgovarajte sa svojim djetetom, ali i sa školom

Ako se želite uključiti u obrazovanje djeteta vrlo je korisno prvo sjesti i porazgovarati s djetetom o njegovim mišljenjima i osjećajima vezanima za školu (McNeal, 2013). Posebice, u vrijeme pandemije bolesti COVID-19 važno je porazgovarati s djetetom jer se ono suočava s novim uvjetima koji zahtijevaju prilagodbu jednako kao i vi. Što mu u školi dobro ide, a što mu predstavlja izazov ili problem tijekom nastave na daljinu? Kako ono doživljava pandemiju? Koliko uspješno uspijeva obavljati dobivene zadatke tijekom ove situacije? Što mu nedostaje da bi bilo uspješnije? Odgovori na ta pitanja dat će vam uvid u trenutno stanje djeteta i ukazati gdje možete uskočiti. Također, trebate upitati dijete kako ono želi da mu se pomogne. Često će dijete imati svoje ideje i može vas usmjeriti prema prikladnijem načinu uključivanja i pomoći. Važno je da se ne uključite

samo u djetetovo obrazovanje već da prvo iskomunicirate svoje namjere i želje za uključenjem te da se uključite kad dijete treba pomoć, a ne bilo kada (Nunez i sur., 2015). Nadalje, komunikacija je sa školom i učiteljima izuzetno korisna u novonastalim uvjetima. Vaš odnos s učiteljima trebao bi nalikovati na partnerstvo. Razgovorom s učiteljima možete saznati o uspjehu djeteta, koliko je dijete aktivno, kada su mu nadolazeće obaveze te možete i pitati za savjet kako pomoći djetetu s učenjem i zadaćama, a povratno učitelji od vas mogu dobiti povratne informacije o okolnostima u kojima vaše dijete obavlja školske obaveze. Također, kontinuiranim kontaktom sa školom pokazujete djetetu da vam je stalo (Ntekane, 2018).

Motivirajte svoju djecu u učenju na daljinu

Općenito, prema teoriji samoodređenja Ryana i Deci (2000) možemo razlikovati kontinuum od amotivacije do intrinzične motivacije. Unutar tog kontinuum nalaze se i različite razine ekstrinzične motivacije. Intrinzična je motivacija prirodna sklonost da radimo ono što nas zanima jer uživamo u tome, dok nas ekstrinzično motiviraju stvari zbog kojih ćemo doći do nekog drugog cilja ili biti nagrađeni zbog toga. Intrinzično motivirani učenici uče i uključuju se u školske aktivnosti jer uživaju u tim aktivnostima. S druge strane, ekstrinzično motivirani učenici nisu zainteresirani za samo učenje i oni se uključuju u aktivnosti vezane za školu jer ih vide kao sredstvo postizanja nekog drugog cilja. Kako bi objasnili faktore iz socijalnog konteksta koji djeluju na intrinzičnu motivaciju Ryan i Deci (2000) predstavili su teoriju kognitivne evaluacije. Ona govori da, kako bi osoba zadržala visoku razinu intrinzične motivacije, treba se osjećati kompetentno da obavi neki zadatak i imati kontrolu nad obavljanjem tog zadatka.

Ako želite motivirati svoju djecu na učenje, naročito tijekom nastave na daljinu, dopustite im da sami istražuju moguće nove načine učenja na daljinu kako bi im osigurali autonomiju, ali isto tako ih uključite u donošenje zajedničkih odluka oko potencijalnih nejasnoća u njihovu obrazovanja na daljinu te ih potičete na osmišljavanje vlastitih ideja za rješavanje zadataka. Također, kako biste im osigurali osjećaj kompetentnosti (Ryan i Deci, 2000), vrlo je bitno da im pružite toplinu i podršku u obliku pohvala za dobro obavljene zadatke, ali i da s njima razgovarate o njihovim realnim mogućnostima i očekivanjima koje imaju o svom načinu učenja i daljnjem školovanju. Nadalje, možete zajedno sa svojom djecom napraviti plan učenja u kojim će vaše dijete moći odrediti svoje ciljeve i strategije učenja. Ostvarivanjem pojedinog cilja vaše će dijete jačati svoj osjećaj kompetencije.

Ne zanemarite važnost dobre organizacije

Način na koji možete pomoći djetetu s učenjem, posebice tijekom nastave na daljinu, jest da se upoznate s različitim strategijama organiziranja i prenesete te alate djeci (Nunez i sur., 2015). Bitno je da prvo vi organizirate svoje vrijeme i uspostavite svakodnevnu rutinu za vašu djecu kojoj je ona izuzetno potrebna u periodu nastave na daljinu (Bhamani i sur., 2020). Također, vrlo je važno da planirate i vrijeme za sebe kako bi se pobrinuli za sebe, odmorili se i napunili energiju te posljedično bili bolja podrška djeci (Brown i sur., 2020). S druge strane, novonastala situacija traži od djece da budu više samostalna i da sami vode računa o svojim obavezama, a to je bilo lakše tijekom klasične nastave uz češće podsjetnike učitelja i drugih učenika. Jedna od osnovnih strategija organiziranja koju možete prezentirati djetetu jest upisivanje svojih obaveza u kalendar. Taj kalendar može biti papirnata oblika i uvijek na djetetu vidljivom mjestu ili može biti mobilni kalendar ili neka druga aplikacija (npr. *Elisi*) koja odgovara djetetu i koja će mu slati podsjetnike na obaveze. Nadalje, djetetu možete predložiti svakodnevno stvaranje liste zadataka koje taj dan želi obaviti, primjerice napisati sastavak iz hrvatskog, pitati učenike iz razreda za pomoć u vezi matematike, pospremiti sobu itd. Dobro je taj popis napraviti dan prije kako bi odmah nakon buđenja djeca imala određen cilj prema kojem se usmjeravaju i planiraju dan. Koliko trebate kontrolirati i voditi organizaciju ovisi o dobi djeteta. Djecu u višim razredima osnovne škole i srednjoškolce dobro je samo poticati i savjetovati o načinima organizacije, dok mlađu djecu treba kontinuirano voditi i usmjeravati te učiti o organizaciji (Nunez i sur., 2015).

Osigurajte prostor i materijale za učenje

Uključivanje u obrazovanje svojeg djeteta podrazumijeva i jednostavne postupke, poput uređivanja prostora u kojem vaše dijete uči ili nabavljanje potrebnih materijala (OECD, 2011, prema Emerson i sur., 2012). Stoga, pomozite djetetu da u domu odredi svoj prostor za učenje i praćenje nastave na daljinu. To može biti radni stol u sobi ili bilo koje drugo mjesto u domu, za koji i dijete i vi odredite da je najprigodnije. No, ono što je bitno je to da okolina tijekom učenja bude mirna i bez suvišnih distrakcija jer distrakcije smanjuju koncentraciju djeteta i time otežavaju učenje (Yang i sur., 2020). Također, osim samog odabira možete pomoći djetetu da uredi i prilagodi taj kutak sukladno svojim željama kako bi se ondje osjećalo ugodno. Primjerice, dijete ondje može željeti složiti potrebne materijale, ukrasiti ga (različitim naljepnicama, sličicama, itd.) ili postaviti rasporede, kalendare... Vi ga u tome potičite i slušajte njegove želje kako bi učenje u tom kutku bilo što uspješnije i zabavnije.

Osim odabira i uređivanja prostora pomozite djetetu u nabavi materijala potrebnih za učenje. Nabava materijala uključuje printanje potrebnih materijala, prikupljanje materijale od učitelja, pružanje pomoći u pretraživanju interneta u potrazi za edukativnim sadržajima, odlazak u knjižnicu, samostalno ili zajedno s djetetom, ili kupnju potrebnih materijale poput drvenih bojica, olovaka, flomastera, ravnala i ostalog školskog pribora. Sve se ovo smatra uključivanjem u obrazovanje djeteta.

Maksimalno iskoristite svakodnevicu

Za kraj, želimo vam preporučiti da možete znatno pridonijeti obrazovanju svoje djece u situaciji pandemije bolesti COVID-19 na način da se usmjerite na informalne načine učenja kod kuće. Možete iskoristiti ranije navedene strategije razgovora (usmjeravanje pažnje, zajedničko čitanje, pokazivanje zanimanja za ključne dijelove aktivnosti) sa svojom djecom tijekom razgovora o svakodnevnim situacijama (npr. kada zajedno ručate), prirodi (npr. povesti razgovor o godišnjim dobima, biljnom i životinjskom svijetu) ili jednostavno tematici koja najviše zanima vaše dijete. Također, ove strategije možete primijeniti svaki put kada zajedno provodite vrijeme (npr. tijekom igre, u izradi ukrasa, kod kuhanja i pečenja kolača) ili možete jednostavno odvesti svoju djecu u muzej putem virtualnih izložbi i šetnji na stranicama Hrvatskog dokumentacijskog centra. Ovakvim ćete pristupom svome djetetu omogućiti da razvija temeljne kompetencije koje se stječu u obitelji, a to su komunikacija, kritičko mišljenje, kreativnost i samopouzdanje, a koje spominju i autori koji se bave informalnim učenjem (Ouane, 2002).

Roditeljska uključenost u obrazovanje svoje djece važna je i tijekom nastave na daljinu, ali i klasičnog oblika nastave

Sve ranije navedene smjernice za nastavu na daljinu mogu se primijeniti i na klasični oblik nastave, u istom ili proširenom obliku. Prvenstveno, kao i kod nastave na daljinu, za uspješno uključivanje u obrazovanje djeteta važna je komunikacija i s djetetom i sa školom. Stoga vam preporučamo da najprije porazgovarate sa svojim djetetom i upitate ga za njegovo mišljenje i prijedloge, ali i da redovito komunicirate s djetetovom školom, što u klasičnom obliku nastave može uključivati i odlaske na roditeljske sastanke ili uključivanje u aktivnosti koje organizira škola. Zatim, i ovdje je važno da motivirate djecu pomoću ranije navedenih strategija te da se prvenstveno usmjerite na poticanje intrinzične motivacije. Što se tiče organizacije vremena i prostora te nabavljanja materijala, predložene smjernice i strategije ostaju iste i možete ih primijeniti u klasičnom

obliku nastave. I na kraju, koristite se i dalje informalnim načinima učenja u svakodnevnom životu. Ovdje se mogućnosti proširuju u odnosu na vrijeme tijekom pandemije bolesti COVID-19. Tako osim korištenja strategija razgovora ili virtualnih obilazaka muzeja, dijete možete odvesti u stvarne obilaskе muzeja, galerija ili povijesnih znamenitosti mjesta u kojem živite ili nekog drugog mjesta.

Zaključak

Roditeljska je uključenost u obrazovanje djece važna te djeluje na mnoge aspekte života djece, ali i roditelja (npr. roditeljske vještine, akademski uspjeh djece ili izostanke djeteta iz škole). Nadalje, uključenost roditelja u obrazovanje i učenje djeteta uvijek je složena, no tijekom nastave na daljinu ona je još više otežana i zahtjevnija. U ovom poglavlju naveli smo nekoliko praktičnih savjeta i njihovu teorijsku podlogu za konstruktivnu roditeljsku uključenost u obrazovanje njihove djece tijekom nastave na daljinu, a to su komunikacija s djetetom i školom, poticanje motivacije kod djeteta, pružanje pomoći u organiziranju vremena i okoline, nabavljanje materijala, te uključivanje informalnih načina učenja u svakodnevicu djeteta. Kao što je ranije navedeno, sve ove savjete moguće je primijeniti na uključenost roditelja i tijekom provedbe klasičnog oblika nastave, a ne samo tijekom nastave na daljinu. Nadamo se da će opisane smjernice biti od koristi roditeljima prilikom odabira optimalnog načina za uključivanje u školovanje svojeg djeteta.

Literatura

- Ali, S. A. A. (2013). Study effects of school noise on learning achievement and annoyance in Assiut city, Egypt. *Applied Acoustics*, 74(4), 602–606. <https://doi.org/10.1016/j.apacoust.2012.10.011>
- Bhamani, S., Makhdoom, A. Z., Bharuchi, V., Ali, N., Kaleem, S. i Ahmed, D. (2020). Home learning in times of COVID: Experiences of parents. *Journal of Education and Educational Development*, 7(1), 9–26. <http://dx.doi.org/10.22555/joeeed.v7i1.3260>
- Brown, S. M., Doom, J. R., Lechuga-Peña, S., Watamura, S. E. i Koppels, T. (2020). Stress and parenting during the global COVID-19 pandemic. *Child Abuse & Neglect*, 110, Article 104699. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2020.104699>
- Emerson, L., Fear, J., Fox, S. i Sanders, E. (2012). *Parental engagement in learning and schooling: Lessons from research*. Family-School and Community Partnerships Bureau.
- Fuller, B. i Heyneman, S. P. (1989). Third world school quality: Current collapse, future potential. *Educational Researcher*, 18(2), 12–19. <https://doi.org/10.3102/0013189X018002012>
- Galvin, K. M., Braithwaite, D. O. i Bylund, C. L. (2015). *Family communication: Cohesion and change*. Taylor & Francis.
- Garbe, A., Ogurlu, U., Logan, N. i Cook, P. (2020). COVID-19 and remote learning: Experiences of parents with children during the pandemic. *American Journal of Qualitative Research*, 4(3), 45–65. <https://doi.org/10.29333/ajqr/8471>
- Harris, A. i Goodall, J. (2008). Do parents know they matter? Engaging all parents in learning. *Educational Research*, 50(3), 277–289. <https://doi.org/10.1080/00131880802309424>
- Leonhard, B. E. (2007). Preparedness of engineering freshman to inquiry-based learning. *Journal of Professional Issues in Engineering Education and Practice*, 133, 99–106. [https://doi.org/10.1061/\(ASCE\)1052-3928\(2007\)133:2\(99\)](https://doi.org/10.1061/(ASCE)1052-3928(2007)133:2(99))
- Mayer, R. E. (2009). *Multimedia learning*. Cambridge University Press.
- McNeal, R. (2013). Parent involvement and student performance: The influence of school context. *Educational Research for Policy and Practice*, 14, 153–167. <https://doi.org/10.1007/s10671-014-9167-7>
- Nacionalni centar za vanjsko vrednovanje obrazovanja. (2020). *Ispitivanja o iskustvoima i zadovoljstvu nastavom na daljinu*. <https://www.ncvvo.hr/objava-iz-vjestaja-o-ispitivanju-nastave-na-daljinu-u-skolskoj-godini-2019-20/>

- Ntekane, A. (2020, studeni 14.). *Parental involvement in education*. ResearchGate. https://www.researchgate.net/publication/324497851_PARENTAL_INVOLVEMENT_IN_EDUCATION
- Nunez, J. C., Suarez, N., Rosario, P., Vallejo, G., Valle, A. i Epstein, J. L. (2015). Relationships between perceived parental involvement in homework, student homework behaviors, and academic achievement: Differences among elementary, junior high, and high school students. *Metacognition Learning*, 10, 375–406. <https://doi.org/10.1007/s11409-015-9135-5>
- Oakes, J. i Saunders, M. (2002). *Access to textbooks, instructional materials, equipment, and technology: Inadequacy and inequality in California's public schools*. University of California.
- Ouane, A. (2002). Adult learning: Emerging issues and lessons to be learned. U M. Singh (Ur.), *Institutionalising lifelong learning: Creating conducive environments for adult learning in the Asian context* (str. 17–22.). UNESCO Institut za obrazovanje.
- Pastuović, N. (2008). Cjeloživotno učenje i promjene u školovanju. *Odgojne znanosti*, 10(2), 253–267. <https://hrcak.srce.hr/29568>
- Pinjuh, K. (2015). Obiteljska komunikacija. *Kultura komuniciranja*, 4(4), 36–50. <https://www.ceeol.com/search/article-detail?id=330026>
- Riedinger, K. (2012). Family connections: Family conversations in informal learning environments. *Childhood Education*, 88(2), 125–127. <https://doi.org/10.1080/00094056.2012.662136>
- Rogić, A. M. (2011). Roditelji kao informalno okruženje djetetovog učenja. U K. Skubic Ermenc (Ur.), *Pedagoško-andragoški dnevni 2011: Udejanjanje načela individualizacije u vzgojno-izobraževalni praksi: Ali smo na pravi poti?* (str. 1–5). *Filozofski fakultet Sveučilišta u Ljubljani*. <https://www.bib.irb.hr/514167?rad=514167>
- Ryan, R. M. i Deci, E. L. (2000). Intrinsic and extrinsic motivations: Classic definitions and new directions. *Contemporary Educational Psychology*, 25(1), 54–67. <https://doi.org/10.1006/ceps.1999.1020>
- Schugurensky, D. (2000). The forms of informal learning: Towards a conceptualization of the field. *Centre for the Study of Education and Work*, 19, 1–8. <http://hdl.handle.net/1807/2733>
- Škundrić, S. (2017). *Uključenost roditelja u školski život djece* [Neobjavljeni diplomski rad]. Filozofski fakultet Sveučilišta u Rijeci.
- Slovaček, K. A. i Čosić, G. (2020). The role of parents during the COVID-19 pandemic in Croatia. *Studies in Educational Management*, 8, 9–17. <https://doi.org/10.32038/sem.2020.08.02>
- Tang, S., Xiang, M., Cheung, T. i Xiang, Y. T. (2020). Mental health and its correlates among children and adolescents during COVID-19 school closure: The

importance of parent-child discussion. *Journal of Affective Disorders*, 279, 353–360. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.10.016>

West, C. i Sadoski, M. (2011). Do study strategies predict academic performance in medical school. *Medical Education*, 45, 696–703. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2923.2011.03929.x>

Yang, X., Zhao, X., Tian, X. i Xing, B. (2020). Effects of environment and posture on the concentration and achievement of students in mobile learning. *Interactive Learning Environments*, 28, 1–14. <https://doi.org/10.1080/10494820.2019.1707692>

Kako roditelji mogu motivirati svoje dijete za učenje tijekom nastave na daljinu?

Gabrijela Matković, Marina Sunara, Tena Špiljak,
Luka Štefanić

Uvod

Motivacija označava stanje u kojem smo iznutra pobuđeni nekim potrebama, porivima, željama ili motivima na određeno ponašanje usmjere- no prema postizanju nekog cilja (Beck, 2003). Može se proučavati na dvije različite razine: kao razina opće i razina specifične motivacije za učenje. Pod općom motivacijom za učenje podrazumijeva se trajna i široka dispozicija koja se očituje kao težnja za usvajanjem znanja i vještina u različitim situacijama učenja. S druge strane, specifična motivacija za učenje odnosi se na motivaciju učenika za usvajanjem znanja i vještina u određenom području ili predmetu, primjerice samo na likovnoj kulturi (Vizek Vidović i sur., 2014). Općenito, eksperimentalna su istraživanja pokazala kako ne samo da visoka motivacija potiče učenje već utječe i na to kako će i koliko će biti naučeno. Garmer i suradnici (1991, prema Vizek Vidović i sur., 2014) navode kako učenici, koji su motivirani da nauče nešto korisno, upotrebljavaju više kognitivne procese pri učenju te usvoje i zapamte više od onih manje motiviranih.

Učenje tijekom nastave na daljinu

Temeljnim uvjetima učenja smatraju se sposobnosti, motivacija i vanjske prilike poput razredne okoline, obiteljske potpore i slično. Izostankom jednog od navedenih uvjeta, rezultati učenja bit će znatno ispod optimalne razine, a možda čak i nikakvi (Grgin, 2004). Novonastali uvjeti uslijed pandemije bolesti COVID-19 unijeli su velike promjene u živote ljudi te, na neki način, promijenile jedne od temeljnih uvjeta učenja. Ovakvi uvjeti dodatno su naglasili važnost samoregulacije učenja, koja se odnosi na aktivno sudjelovanje u vlastitom procesu učenja kroz usmjeravanje vlastitih napora za stjecanjem znanja i sposobnosti (Zimmerman, 1989). Naime, svi koji su uključeni u svijet obrazovanja ističu kako je važno da učenici budu aktivni sudionici u vlastitom procesu učenja. Svakako, to je u nekim slučajevima lakše reći nego učiniti, ponajviše u situaciji pandemije bolesti COVID-19. Djeca tijekom nastave na daljinu nisu u fizičkom prisustvu

učitelja koji ih nagledaju, pomažu i motiviraju, već su suočena sa situacijom u kojoj se trebaju nastojati samostalno motivirati i nadzirati vlastiti proces učenja.

Prelaskom na nastavu na daljinu cijele obitelji suočene su sa značajnim promjenama u funkcioniranju. Zbog ovakve vrste nastave, roditelji imaju veću ulogu u obrazovanju svoje djece te direktan uvid u rad i napredak svog djeteta. Suočeni s novom ulogom, ne polazi svima jednako lako za rukom djelovati na motivaciju djeteta za rad, što može stvarati frustraciju. Stoga ćemo u ovom poglavlju prikazati nekoliko korisnih savjeta za roditelje o tome kako motivirati svoje dijete za nastavu na daljinu, ali i opisati primjenu istih u kontekstu nastave uživo.

Što djeluje na motivaciju učenika?

Dosadašnja istraživanja u području akademske motivacije učenika srednjih škola govore kako pozitivna uvjerenja o vlastitoj akademskoj kompetenciji pridonose motivaciji za ovladavanjem zadatkom (Bong i Skaalvik 2003). Nadalje, što učenici ima veći osjećaj autonomije u akademskom okruženju, imat će i veću intrinzičnu motivaciju za učenjem. Istraživanje Marušić i suradnika (2010) pokazalo je kako će učenici većeg samopoštovanja i bolje slike o vlastitim akademskim sposobnostima biti ujedno motiviraniji za vlastito učenje. Jakšić i Vizek Vidović (2008) u svojem radu naglašavaju da ako se učenici percipiraju kompetentnima za učenje, to znači da će i kvalitetnije koristiti strategije učenja poput elaboracije (mnemotehnike, parafraziranje) i organizacije (izrada skica i mentalnih mapa). Osim navedenog, važno je da je učenicima sadržaj predmeta zanimljiv te da im je prezentiran na zanimljiv i interaktivan način. Navedeno će dovesti do poticanja intrinzične motivacije koja se pokazala ključnom za održavanje motivacije za učenjem (Jakšić i Vizek Vidović, 2008).

Istraživači se slažu oko zajedničkog djelovanja vlastitih akademskih ciljeva, socijalnog okruženja i strukture nastave na motivaciju za učenjem (Covington, 2000). Budući da je u vremenu pandemije bolesti COVID-19 djeci uskraćena važna sastavnica motivacije za učenjem – socijalno okruženje, važno je kod kuće osigurati poticajno i sigurno okruženje za učenje. Od velike pomoći pokazalo se da djeca imaju vlastiti kutak za učenje kojem će se uvijek vraćati, da imaju mir i tišinu te da im je radni prostor organiziran i uredan, kako ne bi imali distrakcija (Dodson, 2017).

Spomenuta istraživanja ukazala su i na važnost osiguravanja autonomije učenika. Naime, brojni istraživači navode kako je za motivaciju iznimno bitno zadovoljenje osjećaja autonomije jer u tom slučaju osoba osjeća

da sama određuje vlastito ponašanje te ga doživljava kao rezultat vlastitog izbora, a ne kao rezultat kontrole izvana (Deci i sur., 1991). Uz navedeno, potrebno je istaknuti važnost podrške autonomiji adolescenata, na način da roditelji pokušaju smanjiti mogućnost da adolescenti vidi sebe kao osobu manjih sposobnosti isticanjem njihovih kvaliteta. Isto tako, djeca trebaju imati zadovoljenu potrebu za kompetencijom, odnosno osjećati se sposobno ispunjavati zadatke koji se od njih traže (Koludrović i Reić Ercegovac, 2015). Posljednje, važno je da je zadovoljena i učenikova potreba za pripadanjem, što može biti posebno izazovno u trenutnoj situaciji. Roditelji tako mogu djeci omogućiti zajedničko obavljanje školskih zadataka, putem mnoštva dostupnih društvenih platforma. Primjerice, uvesti jednom tjedno zajedničko učenje s prijateljima preko *Zooma*. Zadovoljenje triju spomenutih potreba dovodi do veće intrinzične motivacije za učenjem koja se pokazala nužnom za ustrajanje u učenju, u odnosu na ekstrinzičnu motivaciju (Koludrović i Reić Ercegovac, 2015).

Važnost samoregulacije u procesu učenja

Na samoregulaciju učenja djeluju učenička uvjerenja o stupnju kontrole koji oni sami imaju nad učenjem sadržaja. Ako učenici pretpostavljaju da imaju kontrolu nad time što i kako će to naučiti više koriste samoregulaciju učenja nego u suprotnom slučaju (Yen i sur., 2005). Jedne od odrednica samoregulacije učenja jesu i pozitivne emocije koje potiču samoregulirano učenje za razliku od negativnih emocija koje vode oslanjanju na okolinske resurse (Petrešević i Sorić, 2011). Važno je i kako učenici sami vrednuju zadatke koje trebaju izvršiti pa ako ih se potiče i usmjerava na vrijednost zadataka kojima se bave, veća je vjerojatnost da će koristiti samoregulirano učenje nego ako zadatke doživljavaju beskorisnim, bezvrijednim i slično. Uz sve navedeno, vrlo je važno i poticati djecu da usvoje veće uvjerenje u vlastitu samoučinkovitost koja potpomaže samoregulirano učenje (Yen i sur., 2005). Vodeći se iznad navedenim, u nastavku ćemo navesti neke smjernice koje bi roditeljima mogle pomoći u poticanju motivacije za učenjem tijekom nastave na daljinu kod njihove djece.

Smjernice roditeljima o tome kako potaknuti motivaciju za učenjem kod svoje djece tijekom nastave na daljinu

Organizirajte grupno učenje kod kuće

Istraživanje Rakas-Drljan i Mašić (2013) pokazalo je kako učenici oba spola i različitog školskog uspjeha vole integriranu nastavu, grupni oblik

rada te edukativne sadržaje s terenske nastave. Eksperimentalna su istraživanja pokazala kako grupni oblik rada pozitivno djeluje na motivaciju i osjećaj samopouzdanja te je upravo zbog takvih spoznaja važno grupni oblik rada primjenjivati što je češće moguće (Rakas-Drljan i Mašić, 2013). Budući da je novonastalom situacijom nastave na daljinu grupni rad u klasičnoj učionici i na uobičajen način onemogućen, predlažemo da u svome domu organizirate prilagođenu verziju grupnog rada. Pokušajte zajedno obiteljski povremeno grupno obrađivati teme koje su djetetu od velikog interesa ili nešto što mu je zahtjevnije za shvatiti. Takav se način pokazao uspješnijim za dugoročno razumijevanje određenih zadataka u odnosu na uobičajen, frontalan način (Rakas-Drljan i Mašić, 2013). Uz to, dijete možete potaknuti da se sastane s učenicima iz razreda preko nekih od dostupnih alata za zajedničke videopozive, poput *MS Teamsa* ili *Zooma* te na taj način zajedno s prijateljima iz razreda rješava zadaće, radi na zajedničkim projektima, raspravlja o sadržaju ili se čak mogu međusobno ispitivati provjeravajući svoje znanje za nadolazeće ispite.

Smjernice iz područja učenja stranih jezika s djecom prilagođene kontekstu nastave na daljinu

Roditeljska uključenost pokazala se važnom za učenje jezika kod djece već u najranijoj dobi (Feltrin, 2019). Roditelji su modeli djeci čije ponašanje, stavove, želje i motivaciju oni oponašaju. Konstruktivna roditeljska uključenost (detajnije opisano u poglavlju *Kako se roditelji mogu uključiti u obrazovanje svog djeteta tijekom nastave na daljinu?*) smatra se posebno važnom u značajno izmijenjenim uvjetima, poput pandemije bolesti COVID-19. U nastavku navodimo smjernice koje su se pokazale vrlo korisnima u području učenja stranih jezika, ali koje se mogu prilagoditi i primijeniti i u kontekstu drugih školskih predmeta.

Uspostavite rutinu za učenje

„Kako bih potaknula dijete na rad, prvo smo se dogovorile koji dio dana bi bio najbolji za ispunjavanje zadataka i držale smo se toga svakodnevno kako bi dobila rutinu. Na početku sam ja s njom radila, no kasnije kada je shvatila princip rada, sama je sve odrađivala i davala mi ispunjene zadatke na uvid.“

Lorena, majka učenice 4. razreda osnovne škole

Postoji više područja na koja se trebate usmjeriti u radu s djecom (Feltrin, 2019). Uspostava svakodnevne rutine za učenje je jedna od njih, a kako bi se razvili interes i motivacija kod djeteta. Vrijeme trajanja učenja potrebno je prilagoditi djetetovoj dobi i mogućnostima zadržavanja pažnje. Bilo bi poželjno koristiti materijale i aktivnosti koji su djetetu zani-

mljivi i izazovni kako biste zadržali njihovu pozornost. Također, obavljanje određenih aktivnosti u slično vrijeme svakog dana djeci pruža osjećaj ugone i sigurnosti pa bi tako djeci bilo korisno da izaberete određeno mjesto gdje stoje svi materijali za učenje određenog sadržaja, odlučili kako će se određeni predmeti učiti poslije doručka, a neki nakon ručka i slično. Nadalje, izloženost materijalima koje uči potiče dijete na ponavljanje sadržaja (Feltrin, 2019).

Ne zaboravite na važnost učenja kroz igru

Osim rutine, važna je i upotreba različitih igara u učenju kod djece zbog toga što je igra djeci prirodan način izražavanja i učenja. Osim što djeca kroz igru nesvjesno uče nove sadržaje, načine ponašanja i slično, igra je vrlo povoljna za djetetov kognitivni, emocionalni i socijalni razvoj (Berk, 2008). Tako se navodi kako je poželjno koristiti različite igre poput *Simon Says* ili Glazbene stolice, *Alias*, *Pogodi riječ* i slično (Feltrin, 2019). Preporuča se i upotreba ritma, brojalica i pjesama u učenju iz više razloga. Kod učenja novog jezika, brojalice i pjesme pogoduju boljem izgovoru riječi, pravilnom naglašavanju te posljedično većem samopouzdanju i boljoj slici o sebi (Feltrin, 2019). Primjerice, svima poznata pjesmica o solmizaciji („DO nam želi dobar dan...“) djeci olakšava učenje solmizacijske ljestvice. Na vama je samo da odaberete igru i zabavite se učeći zajedno s djetetom.

Učinite učenje dijelom svakodnevice

Prednost kod učenja kod kuće jest i mogućnost upotrebe situacija iz svakodnevnog života za učenje. Takve situacije su uvjeti u kojima dijete može učiti prirodno i kontekstualno što inače ne bi imalo priliku u učionici. Primjerice, kod učenja jezika možete imenovati hranu pri spremanju obroka (Feltrin, 2019), kod učenja matematike možete koristiti novac u zbrajanju ili oduzimanju, možete vježbati čitanje ili pisanje hrvatskog jezika na tekstovima najdražih knjiga i slično. Nadalje, u svom istraživanju Putman i Walker (2010) opažali su motivaciju za čitanjem i pisanjem kod djece i uočili porast motivacije kada su bili popraćeni neformalnim okruženjima učenja i opipljivim aktivnostima, poput zadatka sadnje cvijeća ili čišćenja prirode. Stoga bi od koristi bilo da ponekad sa svojom djecom obavljate zadatke slične navedenima, naravno u skladu s epidemiološkom situacijom. Primjerice, možete otići u obližnji park te tamo proučavati vrste drveća i biljaka koje rastu i slično. Djeci bi to pružilo razonodu i odmicanje od kućnog (radnog) okruženja, a pritom dovelo do porasta motivacije za učenjem o specifičnim temama.

Dodatne tehnike za poticanje motivacije u učenju

Hoffmann i suradnici (2014) predstavljaju osam koncepata koje radni terapeuti mogu primijeniti u radu s djecom koja imaju motivacijskih problema u učenju, a koje se mogu poslužiti za poticanje motivacije za učenjem kod djece tijekom nastave na daljinu.

Specifično definirajte ciljeve u učenju

Postavljanje ciljeva povećava motivaciju i uspjeh u postizanju ciljeva prema mnogim studijama (Corker i Donnellan, 2012; Fu i sur., 2009, prema Hoffmann i sur., 2014). Primjerice, ako pomažete djeci pri učenju, s njima dogovorite jasan i specifičan cilj o tome što bi trebali naučiti ili napraviti tijekom dana (npr. danas bi mogao naučiti ovu lekciju ili danas bi mogla riješiti 10 od 20 zadataka s radnog listića), što će im olakšati da se posvete ostvarenju tog cilja. Cilj koji glasi „Danas možeš naučiti koliko stigneš“ nije specifičan i ne usmjerava djecu jasno na to što trebaju učiniti. Stoga im pomozite u definiranju specifičnih ciljeva koji će ih jasno usmjeriti u tome što trebaju točno napraviti vezano za školske obaveze.

Unesite zabavu i raznolikost u sadržaj učenja

„Sina sam motivirao tako što sam mu pokazivao online igre vezane uz gradivo, pokazivao videe na YouTubeu. Supruga je s kćeri koja je mlađa smišljala kvizove kako bi utvrdila gradivo.“

Kristijan, otac učenika 4. razreda i učenice
3. razreda osnovne škole

Ako je djeci monotono učiti određeni predmet iz knjige (npr. geografiju), možete vi pronaći ili ih uputiti, ovisno o njihovoj dobi i vještinama, da pronađu edukativni *YouTube* video o određenoj zemlji ili pokrajini o kojoj je riječ kako biste potakli kod njih veći interes za nastavnim sadržajem. Isto tako, učenje biologije se može obogatiti odlaskom u zoološki vrt ili šetnjom parkom ili šumom, što će sadržaj iz knjige povezati sa stvarnim iskustvom.

Ne olakšavajte zadatke više negoli je potrebno

Strategije rješavanja problema možete primijeniti na način da djeci postavite zadatak, pazeći pritom da im ne objasnite previše kako bi ih motivirali, potaknuli da sami dođu do rješenja i povećali njihovu samoeфикаsnost (Beckman, 2002, prema Hoffmann i sur., 2014). Tako pri pojašnjavanju zadatka ili sadržaja, možete ostaviti prostora njihovom neznanju, odnosno ne objašnjavati više nego li je potrebno za razumijevanje zadatka

i time ih motivirati da sami pokušaju doći do rješenja. Na taj način možete potaknuti njihova buduća uvjerenja i očekivanja o uspjehu i njihovim sposobnostima. U kontekstu nastave na daljinu, pokušajte zadati zadatke koji su prikladni za izvršavanje u okolini kod kuće, ali opet da ne izlazite suviše u susret nego li je potrebno. Ostavite prostora da djeca svojim trudom mogu doći do rješenja.

Postavite izazovne zadatke koje je moguće riješiti

Iskustva su uspjeha bitna kod motiviranja djece te je stoga važno prilagoditi težinu zadatka njihovim sposobnostima. Djeci zadajte dovoljno izazovan zadatak u skladu s njihovim sposobnostima jer osjećaji uspjeha u takvim zadacima mogu biti nagrađujući i potaknuti njegovu motivaciju za daljnjim učenjem. Kod nastave na daljinu pokušajte procijeniti koliko su se djeca uspješno snašla u novim, nepoznatim uvjetima. Ovisno o toj procjeni, prilagodite težinu zadataka na način da zadatci ne budu prezahtjevni, a opet da su dovoljno izazovni kako bi osjećaji uspjeha nakon takvih zadataka doveli do moguće veće motivacije za daljnjim učenjem.

Pružite djeci povratne informacije o zadatku

S obzirom na to da tijekom nastave na daljinu djeca nisu u izravnom kontaktu sa svojim učiteljima, vi im možete pružiti povratne informacije o njihovom radu. Primjerice, povratna informacija poput „Bravo!“, „Sjajno si riješio zadatak!“ ili umjereni poticaj da ispravi određenu pogrešku ili isproba ponovno riješiti zadatak jest korisna jer dijete može stvoriti predodžbu koliko mu dobro ide u tom području te koliko ima prostora za napredak.

Koristite modeliranje

Modeliranjem djeca mogu povećati uvjerenje u svoje sposobnosti nakon što uoče vršnjake da obavljaju njima zastrašujući zadatak (Alderman, 2004, prema Hoffmann i sur., 2014). Ako djeca smatraju da ne znaju riješiti određeni zadatak iz fizike, a vide kako je jedan od učenika u razreda uspio u tome, to ih može potaknuti da se i sami okušaju u toj aktivnosti. Ako primijetite da se kod djece javi takvo uvjerenje da nisu sposobni napraviti određeni zadatak ili savladati određeni sadržaj tijekom nastave na daljinu, možete im pružiti primjer kako da uspiju u postizanju tog cilja.

Povećajte djetetov osjećaj kontrole

Slobodom odabira i pridodavanjem odgovornosti možemo povećati djetetov osjećaj kontrole što može djelovati na njegovu motivaciju. Na-

stoje se dogovarati s djetetom, a ne nametati samo svoje težnje. Uvažiti njihove potrebe koliko je moguće kako bi oni bili aktivni sudionici u učenju i kako bi se osjećali odgovornima za svoja postignuća. Primjerice, možda dijete voli učiti u neko drugo vrijeme, voli učiti u nekom drugom okruženju i sl. Možete s njima postići dogovor oko načina obavljanja školskih zadataka, a kako biste potaknuli njihovu motivaciju za učenjem.

Koristite pozitivna potkrepljenja

Kada dijete učini nešto uspješno, poželjnije je koristiti pozitivna potkrepljenja u obliku pohvala usmjerenih prema djetetovim sposobnostima negoli u obliku pohvala usmjerenih prema djetetovom doživljaju sebe (Cimpian i sur., 2007). Točnije, pohvalu na temelju sposobnosti, npr. „Dobro si riješio zadatak!“, je poželjnije reći djetetu u odnosu na pohvalu koja može utjecati na njihov doživljaj sebe, npr. „Dobra si matematičarka!“. Djeca u drugom primjeru mogu steći uvjerenje da su dobri matematičari i da dobro rješavaju sve zadatke. Kada se naknadno susretnu sa zadatcima koje teže svladaju, to može biti u opreci s njihovim uvjerenjem „da su dobri matematičari“, a što može djelovati na njihovo samopoštovanje i na sliku o sebi.

Jesu li ove smjernice vrijedile i prije nastave na daljinu?

Sve prethodno navedene smjernice možete koristiti i u klasičnom obliku nastave. Primjerice, možete uspostaviti rutinu u učenju te dogovoriti raspored rješavanja školskih zadataka, projekata te učenja u danu na način da u dogovoru s djetetom odlučite kada će pisati domaću zadaću, a kada će učiti. U stvaranje strukture važno je uključiti i dijete. Iako se u periodu bez epidemioloških mjera dan strukturira već samim školskim i izvanškolskim aktivnostima, ali i obvezama roditelja, bilo bi poželjno djeci dopustiti da sami izaberu redoslijed predmeta koje uče ili način na koji uče predmete, možda zatraže pauzu kada im je potrebna i slično. Nadalje, kroz učenje s djecom možete koristiti razne igre, poput *Memoryja* u učenju riječi na engleskom jeziku ili možete u sklopu vremena za igru ponavljati naučeno. Također, možete iskoristiti i pjesmice i ritam kako bi djeca lakše zapamtila sadržaj i onda ga ponavljati na putu do škole, treninga ili drugih vanjskih aktivnosti. Nastojte unositi raznolikost u učenje kroz različite materijale koje dijete nije bilo u mogućnosti vidjeti u školskoj nastavi poput *YouTube* videa ili crtanih filmova koji su povezani sa sadržajem koje dijete uči. U periodu bez epidemioloških mjera mogući su i izleti i putovanja te različite aktivnosti u prirodi što će djeci pomoći

da brže savladaju sadržaj. Poželjno je postavljati jasne ciljeve s djecom i u klasičnom obliku nastave, poput učenja sadržaja koje su taj dan učili u školi ili rješavanja zadaće iz matematike prije ručka, a zadaće iz engleskog nakon ručka. Kada djeci pomažete u učenju ostavite im prostor da se pokušaju sjetiti što su radili na nastavi te razmisle kako bi sami pristupili zadatku. Tako doživljavaju da su uspješni i motivirani su. Također, nakon što završe zadatak, motivirajte ih dodatno povratnom informacijom, no pazite da bude umjerena i informativna. Nadalje, pohvale koje dajete djeci pokušajte usmjeriti na njihovu izvedbu u zadatku (npr. „Dobro si riješio ovaj zadatak!“), a ne na njihove osobine (npr. „Baš si dobra učenica!“).

Zaključak

Iz prethodno navedenih pristupa povećanju motivacije može se zaključiti kako se uloga roditelja, ne kao učitelja, već kao motivatora za učenje, može ispuniti. Važno je prije svega obraćati pažnju na djetetovu motiviranost te o istoj razgovarati. Nadalje, potrebno je osvijestiti važnost procesa samoregulacije u ovim uvjetima i njezine povezanosti sa motivacijom. Također, u radu roditelja s djecom potrebno je obratiti pažnju na uspostavljanje svakodnevne rutine za učenje, pokušati učenje učiniti što zabavnijim putem različitih igara i pjesmica te pokušati djeci prikazati praktičnost naučenog sadržaja kroz svakodnevne situacije. Od velike je koristi istraživati literaturu koja se bavi pristupima motivaciji pri učenju, pa se tako i poslužiti tehnikama koje koriste stručnjaci, poput postavljanja ciljeva, povećavanja djetetovog osjećaja kontrole, modeliranja i slično. Isto tako, sve navedene tehnike koje su iznad navedene mogu se primijeniti i na klasičan kontekst nastave, ali i nastavu na daljinu.

Literatura

- Beck, R. C. (2003). *Motivacija – teorija i načela*. Naklada Slap.
- Berk, L. E. (2008). *Psihologija cjeloživotnog razvoja*. Naklada Slap.
- Bong, M. i Skaalvik, E. M. (2003). Academic self-concept and self-efficacy: How different are they really. *Educational Psychology Review*, 15, 1–40. <https://doi.org/10.1023/A:1021302408382>
- Cimpian, A., Arce, H.-M. C., Markman, E. M. i Dweck, C. S. (2007). Subtle linguistic cues affect children's motivation. *Psychological Science*, 18(4), 314–316. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9280.2007.01896.x>
- Covington, M. V. (2000). Goal theory, motivation, and school achievement: An integrative review. *Annual Review of Psychology*, 51, 171–200. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.51.1.171>
- Deci, E. L., Vallerand, R. J., Pelletier, L. G. i Ryan, R. M. (1991). Motivation and education: The self-determination perspective. *Educational Psychologist*, 26(3–4), 325–346. <https://doi.org/10.1080/00461520.1991.9653137>
- Dodson, C. (2017). Effective strategies for successful online students. *Nurse Education Today* 59(1), 101-102. <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2017.06.016>
- Feltrin, N. (2019). *Uloga roditelja u učenju engleskog jezika djece rane dobi* [Neobjavljena doktorska disertacija]. Sveučilište u Rijeci.
- Grgin, T. (2004). *Edukacijska psihologija*. Naklada Slap.
- Hoffmann, K., Fickes, K. i Nielsen, S. K. (2014). Motivating the unmotivated child: Using psychosocial intervention methods in the school. *Journal of Occupational Therapy, Schools, & Early Intervention*, 7(3-4), 185–193. <https://doi.org/10.1080/19411243.2014.975069>
- Jakšić, M. i Vizek Vidović, V. (2008). Ciljevi postignuća, percepcija kompetentnosti, spol i strategije učenja u općem akademskom kontekstu. *Suvremena psihologija*, 11(1), 7–24. <https://hrcak.srce.hr/81395>
- Koludrović, M. i Reić Ercegovac, I. (2015). Akademska motivacija u kontekstu teorije samoodređenja u inicijalnom obrazovanju budućih odgojitelja, učitelja i nastavnika. *Hrvatski časopis za odgoj i obrazovanje*, 17(1), 25–36. <https://doi.org/10.15516/cje.v17i0.1488>
- Marušić, I., Pavin Ivanec, T. i Vizek Vidović, V. (2010). Neki prediktori motivacije za učenje u budućih učitelja i učiteljica. *Psihologijske teme*, 19(1), 31–44. <https://hrcak.srce.hr/56828>
- Petrešević, Đ. i Sorić, I. (2011). Učeničke emocije i njihovi prediktori u procesu samoregulacije učenja. *Društvena istraživanja*, 20(1), 211–232. <https://hrcak.srce.hr/65359>

- Putman, M. i Walker, C. (2010). Motivating children to read and write: Using informal learning environments as contexts for literacy instruction. *Journal of Research in Childhood Education*, 24(2), 140–151. <https://doi.org/10.1080/02568541003635243>
- Rakas-Drljan, A. i Mašić, I. (2013). Navike učenja i stavovi prema učenju. *Napredak*, 154(4), 549–565. <https://hrcak.srce.hr/138820>
- Vizek Vidović, V., Vlahović Štetić, V., Rijavec, M. i Miljković, D. (2014). *Psihologija obrazovanja*. IEP; Vern.
- Yen, N. L., Bakar, K. A., Roslan, S., Luan, W. S. i Abd Rahman, P. Z. M. (2005). Predictors of self-regulated learning in Malaysian smart schools. *International Education Journal*, 6(3), 343–353. <https://www.learntechlib.org/p/103495/>
- Zimmerman, B. J. (1989). A social cognitive view of self-regulated academic learning. *Journal of Educational Psychology*, 81(3), 329–339. <https://doi.org/10.1037/0022-0663.81.3.329>

Kako roditelji mogu organizirati izvannastavne aktivnosti kod kuće?

Marta Bičanić, Stella Celić, Marija Čuk, Maja Jalušić,
Petra Zlatar

Uvod

Mnoga djeca i mladi u slobodno vrijeme pohađaju različite izvannastavne aktivnosti, koje mogu uključivati različite sportske i umjetničke aktivnosti, učenje stranih jezika i slično. Izvannastavne aktivnosti su važan dio organiziranog i planiranog slobodnog vremena djeteta (Pejić Papak i Vidulin, 2016). Izvannastavne aktivnosti svojim obilježjima, kao što su sloboda, dinamičnost, odmaknutost od nastavnih planova i programa, raznovrsnost, odmaknutost i oslobođenost od ocjena i straha, mogu pridonijeti razvoju djetetove kreativnosti (Mlinarević i Gajger, 2003). Program izvannastavnih aktivnosti ima obilježja otvorenog, okvirnog kurikulumu koji omogućuje da se sadržaji prilagode sposobnostima i interesima djeteta te specifičnostima okružja i škole. Suvremeni pristupi ka ostvarivanju kvalitete života uključuju aktivan pristup slobodnom vremenu i promišljeno provođenje tog vremena (Pejić Papak i Vidulin, 2016). Izvannastavne aktivnosti provode se u slobodno vrijeme, a ono treba shvatiti kao mogućnost razvoja društva i pojedinca jer je to vrijeme pogodno za stvaranje, promišljanje, učenje i odgoj (Pejić Papak i Vidulin, 2016).

Budući da je slobodno vrijeme – vrijeme razvoja, aktivnog odmora, stvaralaštva i socijalizacije, njegova svrha, zadaća i uloga je osobit izazov obrazovanju i odgoju. Teži se tomu da djeca steknu naviku aktivnog korištenja slobodnog vremena kako bi mogli uspostaviti realan odnos između slobodnog vremena za osobni razvoj te onoga za zabavu i odmor. Trebalo bi obuhvatiti kombinaciju aktivnosti čiji će opći ishod biti podizanje kvalitete ophođenja, djelovanja i ponašanja u društvu te poboljšanje umijeća i znanja pojedinca (Pejić Papak i Vidulin, 2016). Mlade i djecu treba usmjeriti na to da u slobodnom vremenu razvijaju vještine, stječu nova znanja, osamostaljuju se, razvijaju društvene odnose i obogaćuju svoj emocionalni život. S obzirom na to da su djeca bića u razvoju te im je potrebna pomoć odraslih u procesu formiranja stavova, vrijednosti, navika i interesa, ne može ih se ostaviti da se sami uključuju i snalaze u slobodnom vremenu, već ih u tome treba usmjeravati i pomagati im, stvoriti povoljne uvjete za razvoj njihovih sklonosti i interesa te za razvoj

kulture provođenja slobodnog vremena (Pejić Papak i Vidulin, 2016). Za uspješnu organizaciju rada u izvannastavnim aktivnostima u prvom redu valja osmisliti poticajan sadržaj aktivnosti, zatim sustavno pratiti tijek rada djeteta i eventualno dopuniti i korigirati program, pazeći pritom na primjerenost sadržaja mogućnostima i dobi djeteta (Pejić Papak i Vidulin, 2016). Programi i sadržaji izvannastavnih aktivnosti potiču djetetovu kreativnost i razvoj sustava znanja i vještina (Kuhar i Sabljčić, 2016). Tijekom izvannastavnih aktivnosti potiče se neposredno iskustvo, timski rad, aktivno sudjelovanje, kritičko mišljenje i iznošenje ideja, primjena naučenoga u novim situacijama te istraživanje (Pejić Papak i Vidulin, 2016).

Strukturirano u odnosu na nestrukturirano provođenje slobodnog vremena

Valja razlikovati strukturirane i nestrukturirane načine provođenja slobodnog vremena (Mahoney i Stattin, 2000). Oni se razlikuju prema tri dimenzije: (1) socijalni kontekst, (2) konvencionalnost i (3) razina strukturiranosti. Tako se aktivnosti u slobodno vrijeme mladih protežu od grupnih aktivnosti (npr. grupni sport) do onih u kojima sudjeluje jedna osoba (npr. sviranje instrumenta ili individualni sport), od onih koje ovise o lokalnim sredstvima za potporu (npr. župni zbor) do šire kulturne jedinice utjecaja (npr. nogometni klub) te od onih koje su kompleksno strukturirane (npr. pohađanje glazbene škole ili tečaja stranih jezika) do onih koje izgled nemaju nikakvu strukturu (npr. čitanje knjige ili slušanje glazbe). Aktivnosti koje su visoko strukturirane, koje izgrađuju vještine u području za koje se pojedinac opredijelio te u kojima se susreću osobe različitih kompetencija i iz različitih područja, smanjuju mogućnost pojavljivanja antisocijalnog ponašanja i pozitivno djeluju na razvoj pojedinca. Aktivnosti koje su nisko na trima dimenzijama ili visoko samo na jednoj od tri dimenzije nemaju velike koristi za pojedinca ili povećavaju mogućnost antisocijalnog ponašanja (Mahoney i Stattin, 2000).

Organizirano slobodno vrijeme višestruko koristi zajednici, školi i djetetu, a dobrobit se ogleda u dobivenoj potpori za razvoj u skladu s mogućnostima i samim sobom, pozitivnim iskustvima koje dijete dobiva sudjelovanjem u slobodnim aktivnostima, socijalnom, emocionalnom i intelektualnom razvoju, poboljšanju školskih postignuća, zalaganju i uključenosti te interakciji s vršnjacima (Darling i sur., 2005; Fredricks i Eccles, 2006; Fredricks i Eccles, 2010; Knifsend i Graham, 2012; Kuhar i Sabljčić, 2016; Mahoney i Cairns, 1997; Marsh i Kleitman, 2002; Pejić Papak i Vidulin, 2016). Zbog toga je važno poticati djecu na uključivanje u strukturirane aktivnosti u slobodno vrijeme.

O čemu ovisi odabir aktivnosti u slobodno vrijeme?

Izbor aktivnosti u slobodno vrijeme ovisi o društvenom statusu roditelja, osobnom obrazovanju, sposobnostima i vještinama, tj. o takozvanim subjektivnim faktorima, ali i o objektivnim faktorima poput kulturalnog nasljeđa, okoline, dostupnosti pojedinih sadržaja, ponude sadržaja i slično (Ilišin i sur., 2001). Roditelji i učitelji trebali bi usmjeriti djecu pri odabiru aktivnosti te im pružati podršku u obavljanju aktivnosti, a ne nametati aktivnosti po njihovoj volji. Tako na primjer, pri odabiru aktivnosti roditelji trebaju biti usmjereni na sposobnosti i interese djeteta te na prikladnost aktivnosti djetetovoj dobi. K tome, pri odabiru aktivnosti treba uzeti u obzir i financijski aspekt aktivnosti jer uz izvannastavne aktivnosti koje se plaćaju postoje i one aktivnosti koje su besplatne, na primjer, sportski sadržaji u školi i slično.

Ono što se dodatno pokazalo jest da su djeca, koja završavaju osnovnu školu i pripremaju se za novi stupanj obrazovanja, pri čemu dolazi do razvoja i pojave novih interesa, manje sklona uključivanju u izvannastavne aktivnosti. Također, u doba adolescencije slabi interes za izvannastavne aktivnosti, a pojačava se potreba za neformalnim i nestrukturiranim oblicima druženja s prijateljima (Berk, 2008). Isto tako, pokazalo se kako dječaci nešto više preferiraju bavljenje sportom kao izvannastavnom aktivnosti, dok su djevojčice nešto više uključene u glazbene, dramske i literarne aktivnosti. No, valja napomenuti kako se takvi afiniteti počinju stvarati već u djetinjstvu što ukazuje na to da su roditelji ipak više skloni spolno tradicionalnoj podjeli uloga, a puno manje se upuštaju u razbijanje tog stereotipa (Ilišin i sur., 2001).

Što se tiče objektivnih faktora, veliku ulogu u odabiru izvannastavnih aktivnosti ima i društvo. Naime, društvo i kultura određuju koliko su određene izvannastavne aktivnosti bitne pa tako društvo zapravo potiče, promovira i ulaže više financijskih sredstva u pojedine izvannastavne aktivnosti, dok u druge ulaže manje ili ne ulaže uopće pa se stoga te aktivnosti ne mogu niti razviti (Valjan Vukić, 2013). Nastavno tome, urbaniziranost mjesta stanovanja pridonosi izboru aktivnosti, prilikom čega su djeca iz velikih gradova u boljem položaju budući da imaju veći izbor aktivnosti na raspolaganju. To s druge strane označava kako su djeca iz ruralnih područja uskraćena za određene aktivnosti i niz sadržaja koji su lako dostupni djeci iz urbanih područja (Ilišin i sur., 2001).

Koja je idealna količina izvannastavnih aktivnosti?

Djeca i mladi danas imaju vrlo velik broj aktivnosti koje mogu odabrati u svoje slobodno vrijeme. No, pritom je važno voditi računa o tome da se ne pretjera s brojem aktivnosti jer bi prevelik broj aktivnosti u slobodno vrijeme mogao narušiti njihovo optimalno funkcioniranje (Marsh i Kleitman, 2002). U nastavku ćemo navesti nekoliko istraživanja koja se bave upravo ovom problematikom.

Učenici srednjih škola koji sudjeluju u jednoj ili više izvannastavnih aktivnosti imaju pozitivnije stavove o školi, bolje ocjene te pokazuju veću želju za akademskim uspjehom (Darling i sur., 2005). U istraživanju Fredricks i Eccles (2006) pronađeno je da su učenici, koji su sudjelovali u više izvannastavnih aktivnosti, imali viši prosjek ocjena i veće akademske aspiracije tijekom i nakon srednje škole. Mahoney i Cairns (1997) su pokazali da učenici koji sudjeluju u većem broju izvannastavnih aktivnosti manje napuštaju školovanje. Međutim, ipak treba postojati mjera jer je moguće pretjerati s brojem izvannastavnih aktivnosti što može imati negativan učinak.

Kod ekstremnih količina izvannastavnih aktivnosti njihovi pozitivni učinci se smanjuju (Marsh i Kleitman, 2002). Tako na primjer, može doći do opadanja školskog uspjeha kod djece s prevelikim brojem izvannastavnih aktivnosti. Osim toga, smatra se da previše sudjelovanja u izvannastavnim aktivnostima može smanjiti povezanost s drugima i identifikaciju sa školom te smanjivati potrebno vrijeme za školske obveze i tako negativno djelovati na akademski uspjeh (Fredricks i Eccles, 2010). Knifsend i Graham (2012) su u svojoj studiji dobili da osjećaj pripadnosti školi i prosjek ocjena najveći kod učenika koji su imali dvije izvannastavne aktivnosti, oni koji su imali više i manje aktivnosti su imali manji osjećaj pripadnosti školi i niži prosjek ocjena, što upućuje na to da je umjerenost ključna za određivanje broja izvannastavnih aktivnosti. Svi iznad navedeni podaci odnose se na period prije pandemije bolesti COVID-19. Ono što je ostalo isto i tijekom pandemije je važnost konstruktivnog provođenja slobodnog vremena, ali ovaj puta u izmijenjenim okolnostima i sve u skladu s interesima i dobi djece. Stoga u nastavku možete pronaći neke smjernice o tome kako kvalitetno organizirati izvannastavne aktivnosti kod kuće koje možete predložiti roditeljima.

Smjernice roditeljima za organizaciju izvannastavnih aktivnosti kod kuće

U dan uključite tjelesne aktivnosti

„Kad smo bili u samoizolaciji nisam mogla ići na balet pa sam plesala pred mamom i tatom.“

Katarina, učenica 3. razreda osnovne škole

Rijetke su aktivnosti kojima istodobno možemo djelovati na razvoj u više područja, kao što je to moguće tjelesnim vježbanjem (Prskalo, 2005). Tjelesna aktivnost može pozitivno djelovati na prevenciju velikog broja bolesti današnjice (Badrić i Prskalo, 2011), a prema istraživanjima ima pozitivno djelovanje na stvaranje zdravog načina života te stvara ravnotežu u mnogim fiziološkim, regulacijskim i funkcionalnim mehanizmima (Badrić i Badrić, 2006, prema Badrić i Prskalo, 2011). Pokazalo se kako djeca koja se bave sportom imaju veću mogućnost za kvalitetniji život u kasnijoj dobi s obzirom na to da im sport pruža veći kapacitet za suočavanje sa stresom, a samim time će se lakše nositi s problemima koji ih čekaju u životu (Cassidy i Conory, 2006; Katava, 2020).

Za vrijeme pandemije bolesti COVID-19, ako se neki od članova vaše obitelji nađu u samoizolaciji ili su pripadnici rizične skupine, možete se poslužiti brojnim sadržajima na društvenim mrežama poput *YouTubea*, *Instagrama* i *Facebooka*. Tamo možete pronaći različite vrste strukturiranih treninga koji se mogu provoditi kod kuće, a prilagođeni su naprednim ili vježbačima početnicima s obzirom na dob te variraju od treninga s rekvizitima ili onih bez rekvizita. Vaša obitelj također može osmisliti improvizirane rekvizite poput boca napunjenih vodom kao dodatno opterećenje pri tjelovježbi. Poželjno je uključiti tjelesnu aktivnost u svakodnevnu rutinu svojih članova obitelji te bi bilo korisno napraviti tjedni plan uz točno određeno vrijeme u kojem bi provodili različite tjelesne aktivnosti i toga se pridržavati kao rutine. Možete osmisliti natjecanje između članova obitelji u određenim vježbama pri čemu za one najuspješnije slijedi određena nagrada te tako kroz zabavu potaknuti tjelovježbu. Nadalje, možete organizirati jedan dan u tjednu kada ćete imati večer plesa u kojem će svatko od vaših članova obitelji odabrati svoju omiljenu pjesmu na koju će osmisliti kratku koreografiju za cijelu obitelj. Možete napraviti tjednu podjelu kućanskih poslova između članova obitelji koji također mogu poslužiti kao fizička aktivnost. Naposljetku, vaša se obitelj može svaku večer zajedno kratko istegnuti i podijeliti iskustva proživljena tog dana.

Zajedno zasvirajte i zapjevajte

„Za vrijeme lockdown-a mama me slušala kako vježbam violinu.“

Lucija, učenica 6. razreda osnovne škole

S obzirom na različite subjektivne i objektivne čimbenike koji djeluju na izbor izvannastavnih aktivnosti, učenje sviranja glazbenog instrumenta odlična je izvannastavna aktivnost (Vukić, 2013, prema Huj, 2020). U istraživanjima se pokazalo kako upravo glazbene aktivnosti, poput učenja novog instrumenta, pridonose fizičkom i psihičkom zdravlju, koordinaciji i motorici, socijalnim vještinama, samopouzdanju, koncentraciji te također imaju važnu ulogu u uspješnom prevladavanju napetosti i stresa (Šulentić Begić i Begić, 2019, prema Huj, 2020). Kod djece u nižim razredima osnovne škole učenje sviranja glazbenog instrumenta i glazbene aktivnosti potiču pozitivne emocije te pridonose stvaranju osjećaja pripadnosti i zajedništva. Isto tako glazbene aktivnosti su jedne od najzazovnijih izvannastavnih aktivnosti budući da djeca moraju usvojiti i naučiti nova znanja i vještine koja potiču i estetski odgoj i razvoj (Huj, 2020).

Tako za vrijeme pandemije uzrokovane bolešću COVID-19, ako u vašoj obitelji vi kao roditelji svirate određeni instrument ili ste ga svirali u mladosti te ga imate kod kuće, zanimljiva i poučna aktivnost bila bi poučiti dijete svirati taj instrument. Primjerice, kao otac ili majka mogli biste svakog dana izdvojiti sat vremena za glazbeno podučavanje djeteta. Na taj način dijete istovremeno uči novu vještinu, razvija kreativnost te dolazi do zbližavanja i produbljivanja odnosa između djeteta i roditelja te povezivanja obitelji. Ili obrnuto, ako vi kao roditelji ne svirate instrument, a vaše dijete inače pohađa glazbenu školu, u tom bi slučaju dijete moglo podučavati vas roditelje. Osim toga, ako barem dva člana obitelji sviraju neki instrument tada bi oni mogli organizirati mali glazbeni koncert jednom do dvaput tjedno na kojem bi ostalim članovima obitelji odsvirali naučenu skladbu ili pjesmu. Također, kako bi uključili cijelu obitelj, članovi obitelji koji ne sviraju instrument mogli bi vokalno pratiti svirače. Međutim, u slučaju da nitko u vašoj obitelji ne svira niti jedan instrument, a kod kuće imate primjerice gitaru ili klavir, mogli bi koristiti besplatne *online* poduke sviranja instrumenata. Tako se na primjer na *YouTubeu* vrlo brzo može svladati neka pjesma, skladba i slično i na taj način kvalitetno i konstruktivno provesti slobodno vrijeme.

Zabavite se uz društvene igre

„Za vrijeme karantene najviše sam volio igrati Uno u parovima.“

Marko, učenik 4. razreda osnovne škole

Uz navedeno, vi kao roditelji možete s djecom kod kuće u slobodno vrijeme igrati različite društvene igre poput slaganja *puzzli* ili igranja *Monopolyja*. Naime, pokazalo se kako igre poput slaganja *puzzli*, u kojem se koriste razne metode za rješavanje problema, tj. slaganje slike, pridonose razvoju računalnog razmišljanja (eng. *computational thinking*) kod djece (Berland i Lee, 2011). S obzirom na to, slaganje *puzzli* odlična je društvena igra koja može okupiti cijelu vašu obitelj te pridonijeti razvoju zajedništva i kognitivnom razvoju jer potiče rješavanje problema i suradnju. Isto tako, postoji i mogućnost izbora težine kod slaganja *puzzli* jer postoje lakše (npr. 50 – 100 dijelova) i teže *puzzli* (npr. 1000 – 2000 dijelova). K tome, društvena igra kao *Monopoly* odlična je jer pomaže vašoj djeci da kroz zabavu vježbaju računanje što može biti izuzetno poticajno i interaktivno za djecu mlađega uzrasta u osnovnoj školi.

Započnite s kreativnim aktivnostima

„Za vrijeme korone mama mi je dala da svake nedjelje crtam drugu životinju.“

Ivan, učenik 1. razreda osnovne škole

Kreativnost se odnosi na stvaranje novih, originalnih ideja ili proizvoda (Čudina-Obradović, 1991, prema Pejić i sur., 2007). Kreativne radionice predstavljaju organiziranu i poticajnu okolinu pomoću kojih djeca mogu razviti svoju maštu i talente na zabavan način. One im omogućuju da prepoznaju vlastite sposobnosti i izraze svoju individualnost.

Uzimajući to u obzir, ako vaše dijete voli crtati, ciklus kreativnih radionica kod kuće možete započeti upravo time. Svakog tjedna odredite svoje djetetu određenu temu za crtanje. Tako na primjer, možete započeti s crtanjem domaćih životinja, sljedećeg tjedna s crtanjem divljih životinja. Osim toga, možete se usmjeriti na složenije teme poput crtanja Zemlje ili karte svijeta. Na kraju svakog mjeseca možete održati malu izložbu radova vašeg djeteta, to će zasigurno biti zabavno i nagrađujuće iskustvo za vas kao i za vaše dijete. Uz to, zajedno s vašom djecom možete izrađivati božićne i/ili ostale prigodne ukrase, poput kuglica, uz pomoć različitih materijala poput drva, papira, vrpca, šljokica, ljepila i tome slično. Napravljene ukrase možete koristiti za ukrašavanje doma. Još jedna zabavna aktivnost bila bi izrađivanje životinja, kuća i ostalih ukrasa od plastelina. Ovakav oblik aktivnosti pogodan je za djecu vrtićkog uzrasta, kao i za učenike nižih razreda, a uz plastelin potrebne su spretne ruke i malo mašte. Također biste mogli izraditi vlastitu slikovnicu na raznovrsne teme poput Moja obitelj i ja na moru ili Moja obitelj i ja na izletu i slično. Slikovnicu je moguće izraditi od nekoliko presavijenih papira, bojica i olovaka te tako možete napraviti čitavu kolekciju slikovnica koje ćete

potom čitati svome djetetu prije spavanja. Uz ove aktivnosti, kreativnost se može poticati i u kuhinji u zajedničkoj pripremi različitih kolača, kruha ili nekih drugih vrsta jela po izboru. Za ovu aktivnost će vam trebati nešto više namirnica, ali ćete svi zajedno uživati u plodu vaših ruku. Ovo su samo neki od primjera aktivnosti u kojima možete poticati kreativnost cijele obitelji, a mogućnosti su uistinu raznolike, samo je potrebno pustiti mašti na volju!

Treba li izvannastavne aktivnosti organizirati kod kuće i nakon povratka u (staro)normalno?

Predložene aktivnosti nisu ograničene samo na period pandemije, već se sve ove aktivnosti mogu uspješno nastaviti provoditi i nakon završetka pandemije. Tjelesne aktivnosti koje su tijekom pandemije bile ograničene na kućni prostor i obiteljsko okruženje možete nadograditi odlaskom u prirodu, teretanu ili plesni centar te uključivanjem rodbine i prijatelja. Vaše dijete može izraziti želju da ga upišete u glazbenu školu ili da ga nastavite podučavati ako ste to radili i prije, možete odlaziti na koncerte, a ako netko od vaših prijatelja ili rodbine također svira neki instrument ili pjeva možete održavati glazbena druženja u krugu šire obitelji i prijatelja. Igranje društvenih igara nakon završetka pandemije može svima poslužiti kao opuštanje i predah na kraju dana i kvalitetnije provedeno vrijeme sa obitelji kada se svi vrate svojim obavezama i bude vam teško ponovno ih sve okupiti. Vrlo je vjerojatno da će vaše dijete ili neki drugi član obitelji htjeti nastaviti sa kreativnim aktivnostima ako im se to sviđjelo i tijekom pandemije. Novootkriveni talenti i u ovom području mogu se dalje razvijati, a također može poslužiti kao opuštanje za vas i vašu obitelj nakon napornog dana ili radnog tjedna.

Zaključak

U današnje vrijeme potiče se aktivan i promišljen pristup slobodnom vremenu (Pejić Papak i Vidulin, 2016). Postoje brojne prednosti izvannastavnih aktivnosti, od poticanja djetetove kreativnosti do razvoja pojedinca i društva. Brojčano se treba ograničiti na svega nekoliko izvannastavnih aktivnosti (Knifsend i Graham, 2012) te paziti na prikladnost i prilagođenost aktivnosti djetetu (Pejić Papak i Vidulin, 2016). S obzirom na to da mnoga istraživanja pokazuju da djeca i mladi danas svoje slobodno vrijeme provode u sadržajima bez tjelesnog napora (Badrić i Prskalo, 2011), roditelji bi trebali poticati ostale članove obitelji da uključe tjelesne aktivnosti u svakodnevicu, a u svrhu povećanja općeg zdravlja djece i

mladih posebice u izazovnim vremenima, poput pandemije bolesti COVID-19 u kojima su ograničene mogućnosti za tjelovježbu. Tijekom pandemije i različitih mjera i preporuka vezanih za provedbu izvannastavnih aktivnosti, od njih se ne bi trebalo odustati, već ih na kreativan način prilagoditi, a u svrhu povećanja zajedništva i dobrobiti cijele obitelji. Samo neki od primjera koji su navedeni iznad u tekstu odnose se na tjelesne aktivnosti koje imaju pozitivno djelovanje na stvaranje zdravog načina života. Zatim, glazbene aktivnosti koje pridonose stjecanju novih znanja, umijeća i vještina, potiču estetski razvoj djeteta i cijele obitelji što djeluje na pojavu pozitivnih emocija, ali i ostale aspekte života (Huj, 2020). I naposljetku, obitelj se uvijek može okrenuti dobrim starim društvenim igrama koje su značajne za razvoj računalnog mišljenja, kognitivni razvoj, potiču zajedništvo i timski rad i to sve kroz zabavu. Velik je broj mogućnosti provođenja izvannastavnih aktivnosti kod kuće, samo je potrebno pustiti mašti na volju, a predložene ili samostalno osmišljene aktivnosti roditelji i djeca mogu nastaviti provoditi i nakon završetka pandemije, nadograditi ih i uključiti bliske osobe s kojima nisu mogli provoditi vrijeme tijekom same pandemije.

Literatura

- Badrić, M. i Prskalo, I. (2011). Participiranje tjelesne aktivnosti u slobodnom vremenu djece i mladih. *Napredak*, 152(3–4), 479–494. <https://hrcak.srce.hr/82788>
- Berk, L. E. (2008). *Psihologija cjeloživotnog razvoja*. Naklada Slap.
- Berland, M. i Lee, V. R. (2011). Collaborative strategic board games as a site for distributed computational thinking. *International Journal of Game-Based Learning*, 1(2), 65–81. <http://dx.doi.org/10.4018/ijgbl.2011040105>
- Cassidy, C. M. i Conroy, D. E. (2006). Children's self-esteem related to school- and sport-specific perceptions of self and others. *Journal of Sport Behavior*, 29(1), 3–26. <https://psycnet.apa.org/record/2006-02652-001>
- Darling, N., Caldwell, L. L. i Smith, R. (2005). Participation in school-based extracurricular activities and adolescent adjustment. *Journal of Leisure Research*, 37(1), 51–76. <https://doi.org/10.1080/00222216.2005.11950040>
- Fredricks, J. A. i Eccles, J. S. (2006). Is extracurricular participation associated with beneficial outcomes? Concurrent and longitudinal relations. *Developmental Psychology*, 42(4), 698–713. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.42.4.698>
- Fredricks, J. A. i Eccles, J. S. (2010). Breadth of extracurricular participation and adolescent adjustment among African-American and European-American youth. *Journal of Research on Adolescence*, 20(2), 307–333. <https://doi.org/10.1111/j.1532-7795.2009.00627.x>
- Huj, M. (2020). *Sviranje gitare kao izvoannastavna aktivnost* [Neobjavljeni završni rad]. Sveučilište Josipa Jurja Strossmayera u Osijeku.
- Ilišin, V., Marinović Bobinac, A. i Radin, F. (2001). *Djeca i mediji: uloga medija u svakodnevnom životu djece*. Institut za društvena istraživanja u Zagrebu.
- Katava, M. (2020). *Važnost kineziološke aktivnosti u formiranju slobodnog vremena djece* [Neobjavljena doktorska disertacija]. Sveučilište Jurja Dobrile u Puli.
- Knifsend, C. A. i Graham, S. (2012). Too much of a good thing? How breadth of extracurricular participation relates to school-related affect and academic outcomes during adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 41(3), 379–389. <https://doi.org/10.1007/s10964-011-9737-4>
- Kuhar, K. i Sabljčić, J. (2016). The work and role of extracurricular clubs in fostering student creativity. *Journal of Education and Training Studies*, 4(4), 93–104. <https://doi.org/10.11114/jets.v4i4.1319>
- Mahoney, J. L. i Cairns, R. B. (1997). Do extracurricular activities protect against early school dropout? *Developmental Psychology*, 33(2), 241–253. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.33.2.241>

- Mahoney, J. L. i Stattin, H. (2000). Leisure activities and adolescent antisocial behavior: The role of structure and social context. *Journal of Adolescence*, 23(2), 113–127. <https://doi.org/10.1006/jado.2000.0302>
- Marsh, H. i Kleitman, S. (2002). Extracurricular school activities: The good, the bad, and the nonlinear. *Harvard Educational Review*, 72(4), 464–515. <https://doi.org/10.17763/haer.72.4.051388703v7v7736>
- Mlinarević, V. i Gajger, V. (2003). Slobodno vrijeme mladih – prostor kreativnog djelovanja. U J. Martinčić i D. Hackenberger (Ur.), *Međunarodna kolonija mladih Ernestinovo: 2003. – 2008.* (str. 43–58). Hrvatska akademija znanosti i umjetnosti.
- Pejić, P., Tuhtan-Maras, T. i Arrigoni, J. (2007). Suvremeni pristupi poticanju dječje darovitosti s kreativnim radionicama. *Magistra Iadertina*, 2(1), 133–149. <https://doi.org/10.15291/magistra.885>
- Pejić Papak, P. i Vidulin, S. (2016). *Izvannastavne aktivnosti u suvremenoj školi.* Školska knjiga.
- Prskalo, I. (2005). Kineziološko motrište na slobodno vrijeme djeteta. *Zbornik Učiteljske akademije u Zagrebu*, 7(2(10)), 329–340. <https://www.bib.irb.hr/232340>
- Valjan Vukić, V. (2013). Slobodno vrijeme kao “prostor” razvijanja vrijednosti u učenika. *Magistra Iadertina*, 8(1), 59–73. <https://doi.org/10.15291/magistra.764>

Rujan, 2021.

ISBN 978-953-8014-58-1



9 789538 014581