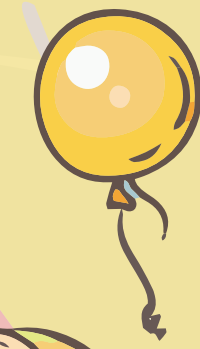


რუტინაზე დაფუძნებული სწავლება

აღრეული ასაკის მშობლებისა და
მათთან მომუშავე საეცნილისტებისთვის



2. რის სწავლება გვინდა ბავშვისთვის? მაგალითად, ელენეს მშობლისთვის მნიშვნელოვანია, რომ ელენემ ისწავლოს დალოდება, ან რაიმეს მოთხოვნა. როგორც წესი, ელენეს ბანაობისას სათამაშოები აბაზანაში ჩაყრილი ნვდება. ელენეს დედამ გადაწყვიტა, რომ, ერთ დღესაც, ბანაობისას სათამაშოები არ დაახვედროს და ჰკითხოს ელენეს - რა მოვიტანოთ? რა გინდა? დედა ელოდება ელენეს პასუხს და მიაწოდებს სათამაშოს აბაზანაში მას შემდეგ რაც ელენე მისთვის სასურველ ნივთს, სიტყვიერად ან მინიშნებით, მოითხოვს. აქვე, დედა სათამაშოს ასაღებად ცოტა „მეტ დროს“ მოანდომებს. როდესაც ელენე ამ უნარს აითვისებს, დედა ახლა დაყოვნების გავარჯიშებას იწყებს: „მოდე, ხუთამდე დავითვლი და ამასობაში მოვძებნით სათამაშოს, დამელოდე, სანამ ხუთამდე დავითვლი“. დათვლის შემდეგ, იგი მყისიერად აჩენს სათამაშოებს. ელენე ლოდინის უნარ გამოიმუშავებს იმ შემთხვევაში, თუ დედა ამ სტრატეგიას სისტემატურად გამოიყენებს, თანაც არა მხოლოდ ამ სიტუაციაში, არამედ სხვა გარემოებებშიც, მაგალითად, საქანელებზე ან მაღაზიაში რიგში დგომის დროს და ა.შ.

3. როგორ შეგვიძლია ვასწავლოთ ბავშვს რაიმე ახალი?
რუტინის დროს სწავლების პრინციპები ასეთია:

- ჩავრთოთ ბავშვი აქტიულობაში
- ვუზრუნველყოთ ყურადღების მობილიზება
- მივყვეთ მის ნებას
- ველოდოთ მისგან თანამონაწილეობას
- დაველოდოთ
- ნაბიჯ-ნაბიჯ წავიწიოთ წარმატებისკენ და არა ერთბაშად

განსოვდეთ: ბევრი ყოველთვის არ ნიშნავს კარგს. ბავშვის დამოუკიდებლობის ხარისხის და ჩართულობის გაზრდა, ბავშვის საპასუხო რეაქციის დალოდება, მაგალითის მიცემა, წახალისება და მინიშნებების გონივრულად გამოყენება, ყოველდღიურ ცხოვრებაში, სასწავლო გარემოს შექმნის ოქროს წესებია.



იხილეთ რჩევები სხვადასხვა რუტინის ჩამოყალიბებასთან დაკავშირებით ჩვენს ვებ. გვერდზე www.adreuli.ge

როგორ ვაქციოთ ყოველდღიური ცხოვრებისეული რუტინები სწავლის შესაძლებლობად?

უკვე აღვნიშნეთ, რომ რუტინა მრავალჯერადად განმეორებადი ნაბიჯების ერთობლიობაა. თუკი რუტინას კარგად დავუკვირდებით, მას აქვს გარკვეული თანმიმდევრობა - დასაწყისი, გაგრძელება და დასასრული, რომელიც ყოველთვის, მეტნაკლებად მსგავსად მიმდინარეობს. მაგალითად, კბილების გახეხვის რუტინა იწყება კბილის ჯაგრისის აღებით და მასზე კბილის პასტის მოთავსებით და სრულდება ხელ-პირის გამშრალებით. ჩვენ კი შეგვიძლია ეს რუტინა სწავლის შესაძლებლობად განვიხილოთ. იმ შემთხვევაში, თუ შევცვლით დასაწყისს და ბავშვს შევთავაზებთ ორ კბილის ჯაგრისს, საიდანაც მან საკუთარი უნდა ამოარჩიოს, ჩვენ მას კომუნიკაციური და შემეცნებით უნარების განვითარებაში დავხმარებით; ან თუ, პირსაწმენდი „დაგვაკიწყდა“, ვთხოვთ ბავშვს, აიღოს ის კარადიდან და მოგვიტანოს, ამით მას ორსაფეხურიანი ინსტრუქციის შესრულების საშუალებასაც მივცემთ. მსგავსი სიტუაციები, ერთი მხრივ, მშობელს საშუალებას აძლევს ბავშვს სპონტანურად ასწავლოს, სპეციალური გარემოსა და დამატებითი დროის გამოყოფის გარეშე, ხოლო მეორე მხრივ, ბავშვებისთვის ყოველდღიური რუტინის შესრულება ის ბუნებრივი სიტუაციებია, რომელშიც ისინი ვითარდებიან და იძენენ ახალ უნარებს.

იმისთვის, რომ ყოველდღიური ცხოვრებისეული გამოცდილებები ბავშვისთვის სწავლის შესაძლებლობად ვაქციოთ, რამდენიმე რამ არის მნიშვნელოვანი:

1. შევარჩიოთ იმგვარი რუტინა, რომელიც ბავშვისთვის საინტერესო და სასიამოვნოა. დაფიქრდით, რის კეთება უყვარს თქვენს შვილს ყველაზე მეტად? დღის რომელი მოწაკვეთი და რუტინაა მისთვის სასიამოვნო? მაგალითად: ელენეს ყოველთვის უხარია ბანაობა. ის ამ დროს განსაკუთრებით ბედნიერია. შეიძლება სწორედ ამ რუტინისა და კონტექსტის დროს შევთავაზოთ ბავშვს მისთვის ახალი უნარის გავარჯიშება, რადგან იგი მოტივირებულია, აქტიულობაში ჩართულია და შესაბამისად, ახალი უნარის ათვისებისთვის მეტი მზაობა აქვს. მნიშვნელოვანია, გვანსოვდეს, რომ რაიმე ახლის სწავლებისას ვარჩევთ ისეთ უნარს ან საკითხს, რომელიც ბავშვის ინდივიდუალურ განვითარებას შეესაბამება და რისი ათვისების მზაობაც აქვს მას.



მშობლობის ბედნიერება:

რუტინა და რიტუალები არა მხოლოდ ბავშვებს უმარტივებს ყოფას, არამედ მშობლებსაც ეხმარება ემოციური სტაბილურობის შენარჩუნებაში. ეს განსაკუთრებით მნიშვნელოვანია ახალბედა მშობლებისათვის, რადგან ბავშვის მოვლა დიდ ენერჯიასა და ემოციურ ჩართულობას მოითხოვს. ამიტომ, ისეთი ოჯახური რუტინის ან რიტუალების შესრულება, როგორცაა, მაგალითად, საღამოს, მეუღლესთან ერთად, სერიალის ყურება, პარასკევობით მეგობრებთან სტუმრობა ან რაიმე სხვა, მშობლებს ემოციური მდგრადობის შენარჩუნებაში ეხმარება.

როდის არის რუტინა ეფექტური?

ვილაცისთვის გაღვიძებას ყოველთვის ყავის სმის რუტინა ახლავს თან, ხოლო სხვისთვის ეს რუტინა ვარჯიშია. სწორედ ამიტომ, არ არსებობს წესები, რომლის მიხედვითაც პროფესიონალები გირჩევენ, რამდენი ან რა ტიპის რუტინისგან უნდა შედგებოდეს თქვენი და თქვენი ოჯახის ცხოვრება. რადგან ინდივიდუალურია. თქვენი რუტინა, თქვენი ოჯახის ინდივიდუალური საჭიროებებისა და დამოკიდებულებების მიხედვით უნდა დაგეგმოდეს, თუმცა იმისთვის, რომ რუტინა იყოს ეფექტური, სამი ძირითადი მახასიათებელი შეგვიძლია გამოვყოთ.



რუტინის ეფექტურად დაგეგმვის სამი მახასიათებელი:

- კარგად დაგეგმილი: რუტინა ეფექტურია, თუ მასში მონაწილეს ან მის შემსრულებელს ესმის საკუთარი როლი, იცის, რა რის შემდეგ უნდა გააკეთოს და ეს მისთვის გონივრული და სამართლიანია. მაგალითად, თქვენმა შვილმა იცის, რომ ერთად თამაშის შემდეგ სათამაშოები თავად უნდა მოათავსოს სათამაშოების დიდ ყუთში, ან დილას გაღვიძებისას თქვენ საუზმეს ამზადებთ, მაგრამ, თქვენმა შვილმა თავად უნდა აიღოს უჯრიდან კოვზი ან თეფში და მაგიდასთან მიიტანოს.
- რეგულარული: რუტინა ეფექტურია, თუ ის ჩვენი ყოველდღიური ცხოვრების განუყოფელი ნაწილია. მაგალითად, საღამოობით მთელი ოჯახი ერთად ვახშობთ, ან ყოველ კვირას სასაბურთო მიდიხართ.
- წინასწარგანსაზღვრული: რუტინა ეფექტურია, თუ მას აქვს თანმიმდევრული ხასიათი - ხორციელდება გარკვეული თანმიმდევრობით და ერთნაირად. მაგალითად, სახლში დაბრუნებისას ყოველთვის იხდით ფეხზე და იბანთ ხელებს.

რუტინა როგორც ბავშვის განვითარების შესაძლებლობა

„დილას, გაღვიძებისას სიმშვიდეში ჩაის დალევვა ჩემი დღის განუყოფელი რუტინაა, ამიტომ სანამ ბავშვი გაიღვიძებს ვცდილობ მოვასწრო“

„სახლში რომ ვბრუნდები, ბავშვებთან ნახევარ საათს აუცილებლად ვთამაშობ, ეს ჩემთვის დაუწერელი კანონიკითაა და არასდროს ვარღვევ“

„შაბათობით ყოველთვის მამასთან ერთად ვსეირნობთ ზოოპარკში, პარკში ან სხვა სასიამოვნო ადგილას, ერთად ვარჩევთ ხოლმე, სად წავიდეთ“

„ძილის წინ წიგნს ვკითხულობთ“

ზემოთ ჩამოთვლილი ფრაზები სხვადასხვა ადამიანების ცხოვრებაში არსებული რუტინის მაგალითებია. როდესაც ვახსენებთ სიტყვას რუტინა, ყველა ვხვდებით, რომ ვსაუბრობთ იმგვარ საკითხზე, რაც ადამიანისთვის ან/და ოჯახისთვის ხშირად განმეორებად საქმიანობას გულისხმობს.

გიფიქრიათ იმაზე თუ რა მნიშვნელობა აქვს რუტინას და როგორ შეიძლება ის ბავშვის განვითარების ხელშეწყობისთვის გამოვიყენოთ?

კარგად ჩამოყალიბებული რუტინა ბავშვს უამრავი რამის შესწავლის საშუალებაას აძლევს.

რატომ არის მნიშვნელოვანი რუტინა?

დღის ჩვეული განრიგი, რუტინა საშუალებას გვაძლევს ჩვენი ცხოვრება იყოს მეტად ორგანიზებული. მაგალითად, დილაობით სახლს ვალაგებთ, სადამოებით სტუმრად დავდივართ, ან კვირაობით წირვას ვესწრებით,. ამ ტიპის წინასწარი ცოდნა გვაძლევს საშუალებას განვსაზღვროთ რა გველის. ჩვენ შეგვიძლია გადავანაწილოთ დრო და შევიქმნათ დღის, კვირის ან თუნდაც, წლის წინასწარმეტყველებადი გარემო, განსაზღვრულობის განცდა, რაც საბოლოო ჯამში ამცირებს შფოთვას და გვძენს გარკვეულ სიმშვიდეს და დაცულობას.

გამოდის, რომ რუტინა მიგვანიშნებს, რა უნდა გავაკეთოთ, რა თანმიმდევრობით და რამდენად ხშირად.



რატომ არის ეს ბავშვებისთვის განსაკუთრებით მნიშვნელოვანი?

რუტინა ავითარებს ბავშვის:

- უსაფრთხოების განცდას
- პასუხისმგებლობას
- თვითკონტროლის უნარს
- პოზიტიურ ქცევას
- სოციალურ უნარებს
- სწავლის შესაძლებლობას



განვიხილოთ თითოეული მათგანი

• უსაფრთხოების განცდა

ორგანიზებული და წინასწარმეტყველებადი სახლის გარემო ბავშვებს ეხმარება თავი იგრძნონ უსაფრთხოდ და დაცულად. ისეთი რუტინა, როგორიცაა, მაგალითად, ძილის წინ მამასთან ერთად წიგნის წაკითხვა, ან სადილის შემდეგ დედასთან ერთად ლობიოს მარცვლებით თამაში, შეიძლება გახდეს ის განსაკუთრებული, სასიამოვნო და ღირებული გამოცდილება, რომელსაც თქვენი შვილი თქვენთან ერთად მიიღებს და თავს დაცულად იგრძნობს.

• პასუხისმგებლობა

რუტინის განმეორებადი და თანმიმდევრული ბუნების გამო, ბავშვები იძენენ სხვადასხვა უნარებს და გამოიმუშავენ პასუხისმგებლობის გრძნობას. მაგალითად, თამაშის შემდეგ სათამაშოების ალაგება და შემდეგ სადილი, ბავშვს საშუალებას აძლევს გამოიმუშაოს საკუთარ ნივთებზე ზრუნვის პასუხისმგებლობა და დროის მენეჯმენტის განცდა, - რაც მთელი ცხოვრების განმავლობაში საჭირო უნარებია. როდესაც ბავშვები დღის რუტინის შესრულების პასუხისმგებლობას „ინაწილებენ“, ისინი უფრო დამოუკიდებლები ხდებიან და ნაკლები „კონტროლი“ სჭირდებათ თქვენგან.

• თვითკონტროლი

ბავშვები თვით-კონტროლს რუტინის მეშვეობით სწავლობენ. თანმიმდევრული რუტინული მოქმედებები, რომლებიც ყოველდღიურად დაახლოებით ერთსა და იმავე დროს და დაახლოებით ერთნაირი გზით სრულდება, პატარა ბავშვების კომფორტსა და უსაფრთხოების განცდას უზრუნველყოფს. როდესაც ბავშვმა იცის, როდისაა თამაშის დრო, როდისაა ჭამის დრო ან იცის, რომ საყვარელი ადამიანი სადამოებით ბრუნდება შინ, მან იცის, რა მოხდება დღის განმავლობაში. ეს კი მას უსაფრთხოების განცდას და

ემოციურ სტაბილურობას ანიჭებს. როდესაც ბავშვები თავს უსაფრთხოდ და სანდოდ გარემოში გრძნობენ, ისინი ნაკლებად შფოთავენ, მეტ დროს უთმობენ თამაშის გზით კვლევასა და შემეცნებას და მეტი საშუალება ეძლევათ ისწავლონ საკუთარი ემოციებისა და ქცევის კონტროლი.

• პოზიტიური ქცევის ფორმირება და არასასურველი ქცევის პრევენცია

ისეთი რუტინის საშუალებით, რომელშიც შვილთან ერთად ხართ ჩართული, თქვენ უფრო უახლოვდებით ერთმანეთს, რაც თავიდან აგარიდებთ ერთმანეთთან ურთიერთობის დროს წარმოქმნილ პრობლემებს. სტაბილურად და მსგავსად განხორციელებული რუტინა პატარებს ჩვილობიდანვე აძლევს საშუალებას წინასწარ განსაზღვრონ, რა მოხდება შემდეგ. რუტინა ბავშვებს ეხმარება კონტროლისა და თვითდაჯერებულობის გამოიმუშავებაშიც. მაგალითად, დედა ეუბნება მართას: - ძილის დრო მოვიდა, კბილებს ახლა გამოიხეხავ თუ ჯერ ღამის პერანგს ჩაიცმევ? რუტინის საშუალებით თქმის სიხშირე და ნაკლებად გაცეთ დირექტივები, რადგან ბავშვმა უკვე იცის, რა რის შემდეგ უნდა მოხდეს. : „ვიცი, რომ ძალიან გინდა ნაყინი, მაგრამ ახლა სათამაშოების ალაგების დროა. ალაგების შემდეგ კი შეგიძლია შეჭამო“.

რუტინული წესები ხელს უწყობს პოზიტიური ქცევის ჩამოყალიბებას. ბავშვის ჯანმრთელობა და უსაფრთხოება ის საკითხებია, რისი ხელშეწყობაც რუტინის საშუალებით შეგვიძლია. მაგალითად: ყოველი ჭამის წინ, ხელებს ვიბანთ, ან გზაზე გადასვლისას, ყოველთვის ხელს ვკიდებთ ერთმანეთს.

სოციალური უნარები

რუტინის საშუალებით ვითარდება ბავშვის სოციალური უნარები. ზრდასთან ერთად, ბავშვები, მეტ სოციალურ უნარებს ითვისებენ, რადგან მათ უფრო მეტ ადამიანთან უწევთ ურთიერთობა. მისალმება, დამშვიდობება, საკუთარი საჭიროებების გახმოვანება სწორედ რუტინების ფარგლებში ხდება და ისწავლება. მაგალითად, საბავშვო ბაღში რიგის დაცვა, სათამაშოების გაზიარება, სხვისი დალოდება, თანატოლებთან საუბარი, ერთმანეთის მოხმენა, სხვების დახმარება, ის საქმიანობებია, რომლის დროსაც, მცირეწლოვანი ბავშვები სწავლობენ მნიშვნელოვან სოციალურ უნარებს, რომლებიც მათ შემდეგ სკოლაში დაეხმარება.

აქტივობიდან აქტივობაზე გადასვლა შეიძლება, ზოგიერთი ბავშვისთვის პრობლემას წარმოადგენდეს, ზოგისთვის კი არა, ეს დამოკიდებულია მათ ტემპერამენტზე. მაგალითად, თამაშის აქტივობიდან ჭამისთვის მომზადება, ჭამის აქტივობიდან მალაზიაში წასვლა, მალაზიიდან სახლში დაბრუნება, დასაძინებლად წასვლა, შეიძლება ბავშვისთვის და მშობლებისთვის განსაკუთრებული გამოწვევა იყოს. ასეთ შემთხვევებში, შეიძლება დაგვეხმაროს „რუტინის წინა რუტინის“ შემოღება. მაგალითად, ყოველი ძილის წინ ბანაობა, ხელ-პირის დაბანა ან კბილების გახეხვა იმის მანიშნებელია, რომ ძილის დრო მოდის. ამის ცოდნა ეხმარება ბავშვს წინასწარ მოემზადოს და ადვილად შეეგუოს ერთი აქტივობიდან მეორეზე გადასვლას.

ზოგიერთი მშობელი იყენებს ტაიმერს, ან 5-მდე დათვლის ტექნიკას. მაგალითად, ამბობს: ხუთამდე დავითვლი და დასაძინებლად მივდივართ, რადგან უკვე ძილის დროა. 1, 2, 3.... 5 ზე კი დედა ყოველთვის ერთნაირად იქცევა და ასრულებს დაგეგმილ რუტინას. ზოგიერთი მშობელი იყენებს წიგნის კითხვის რუტინას. მაგალითად, სალომე სანდროს ეუბნება: „სადამოს წიგნის დროც მოვიდა“ - რაც სანდროსთვის იმის მანიშნებელია, რომ ახლა ძილის დროა, რადგან, დედა-შვილი ძილის წინ ყოველთვის კითხულობენ. ან აქვთ კონკრეტული თამაში რომელიც, მხოლოდ ძილის წინ სრულდება ხოლმე, მაგალითად კედელზე ხელებით ჩრდილების თამაში.

• სწავლა

ყოველდღიური რუტინული აქტივობები მდიდარი შესაძლებლობაა ბავშვებისთვის ახალი უნარების სასწავლად. მაგალითად, ყოველ შაბათს ოჯახი სუპერმარკეტში დადის პროდუქტების მოსამარაგებლად და ამ რიტუალში ბავშვიც აქტიურადაა ჩართული. მალაზიაში წასვლამდე ისინი ყოველთვის ერთად ადგენენ სიას, აძლევენ ბავშვს არჩევანის გაკეთებისა და აზრის გამოთქმის საშუალებას. მალაზიაში ბავშვი აქტიურადაა ჩართული პროდუქტების მოძებნაში, დათვლაში, დახარისხებაში და ა.შ. ასეთ დროს ბავშვი სწავლობს და იყენებს ახალ სიტყვებს, უწევს სხვადასხვა ტექსტურასთან შეხება, გადაწყვეტილების მიღება, სწავლობს რაოდენობრივ ცნებებს, თვლას და ანგარიშს. მშობელი, თავის მხრივ, ყურადღებას აქცევს მის ინტერესებს, ფიქრებს და აგრძნობინებს, რომ მისი არჩევანი მნიშვნელოვანია, ეს კი ბავშვის თვით-შეფასებაზე დადებითად აისახება.

