

# *Seminář pedagogické psychologie*

## Autoregulace učení



# Terminologie

- učení se vs. řízení vlastního učení (Kulič, 1992)
  - řízení učení – *vnější (více rozpracováno), vnitřní*
  - *„Jsme odpovědní za své vlastní učení, ale je otázkou, jestli všichni mohou být odpovědní za řízení svého učení“*  
(Candy, 1987, Garrison, 1992)
- 
-

# Autoregulace

- autoregulace (sebepojetí, sebehodnocení)
- zdroje
  - vnější (rodiče, učitelé, kamarádi)
  - vnitřní (vč. tzv. osobnostní autoregulace)
- autoregulace učení – aktivita v procesu učení po stránce činnostní, motivační i metakognitivní; stanovuje si cíle, iniciuje a řídí své úsilí a používá specifických strategií s ohledem na kontext učení  
*(Zimmerman, 1998)*

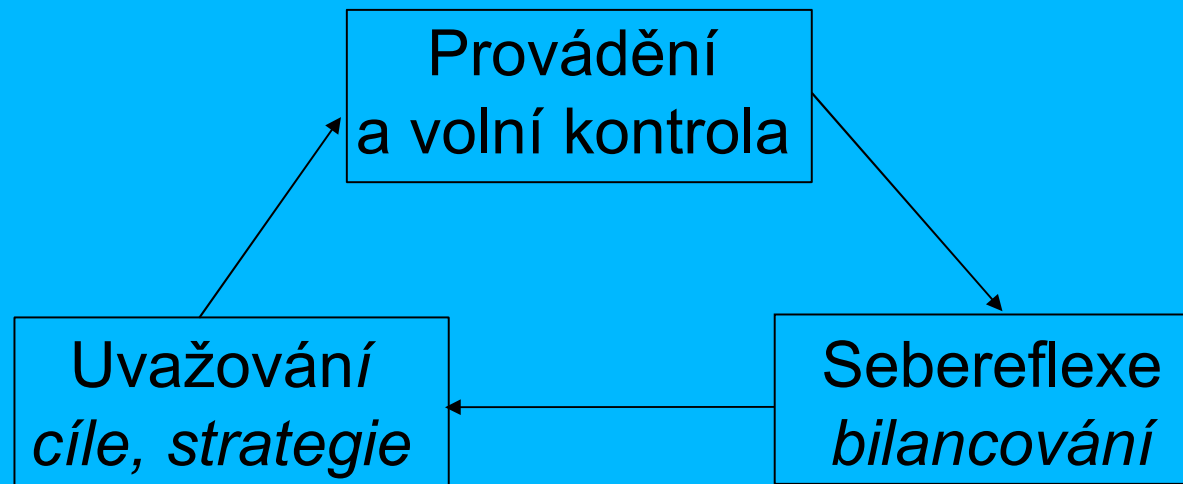
# Autoregulace - předpoklady

- potencialita každého žáka
- výuka musí umožnit získat dovednost „jak se učit“
- vnější řízení má stimulovat autoregulaci
- v prepubertě rozvoj metakognitivních strategií
- postupným zdokonalováním se žák stává nezávislým na vnějším řízení
- může postupně lépe zvládat své emoce při učení
- postupně aktivní přístup k prostředí pro učení
- rozvoj vázán na rozvoj „já“ (self)
- není ryze individuální proces; utváří se ve spolupráci s druhými (párové, skupinové, vrstevnické učení...)
- je to aktivní proces; nelze „předat návod“
- rozvíjí se více při souladu s vnějším řízením
- celoživotní proces

*(Mareš, 1998)*

# Teorie

- přehled teorií – Čáp, Mareš, s. 508
- teorie cyklických fází (Zimmerman, 1998)



# *Autoregulace v praxi*

## *(Zimmerman, Schunk)*

### *- uvažování*

#### Začátečníci

- cíle chaotické, nespecifické
- orientace na výkon, výsledek
- nízké self-efficacy
- nezájem

#### Pokročilí

- cíle hierarchické, specifické i perspektivní
- orientace na proces učení
- dostatečně vysoké self-efficacy
- vnitřní motivace

# *Autoregulace v praxi*

## *(Zimmerman, Schunk)*

### *- provádění a volní kontrola*

#### Začátečníci

- mají nejasný plán
- nedůvěřují si, používají sebesnižování
- kontrolují jen výsledky

#### Pokročilí

- mají jasný plán
- věří si
- kontrolují průběh i výsledky

# *Autoregulace v praxi* *(Zimmerman, Schunk)* *- sebereflexe*

## Začátečníci

- vyhýbají se sebehodnocení
- příčiny úspěchu a neúspěchu hledají ve svých schopnostech (neovl.)
- reagují na sebe negativně
- v měnících se podmínkách zmatení

## Pokročilí

- snaží se o sebehodnocení
  - příčiny úspěchu a neúspěchu hledají v použité strategii (ovlivnitelné)
  - reagují na sebe pozitivně
  - dobrá adaptace i měnícím se prostředí
- 
-



# *Výkon a jeho souvislosti*

- cíle, které si žák stanovuje
- autoregulace
- výkon (průběh)
- motivace

*ovlivněny i kontextem*



# *Možnosti při diagnostice - sledujeme:*

- Kognitivní učební strategie
- Metakognitivní strategie
- Strategie vedoucí k poznání sebe samého
- Motivační strategie

*nejlepší je kombinace kvantitativního a kvalitativního přístupu*

---

---

# Vedení k autoregulaci

- není možný pouhý „nácvik“; nutný rozvoj „já“
  - zdroje
    - *sociální*
    - *osobnostní*
    - *situační*
  - cílený nácvik:
    - *vyučování strategiím, praktické provádění a. strategií, zpětná vazba o účinnosti a. strategie, monitorování sebe samého, sociální opora, sebereflexe*
- 
-

# Metody

## Pod vedení učitele

- verbální instruování
- předvedení vzoru  
(*nápodoba*)
- supervize
- reciproční vyučování
- podpůrné vyučování
- transakční vyučování

## S vrstevníky

- vrstevnické učení
- kooperativní učení
- skupinové učení

## Využití techniky

- CAL systémy

## Pod vedením sebe samého

- sebemonitorovací protokoly
- žákovský deník
- domácí příprava
- samostatná praxe

# Záznamový arch (Lan, 1998)

| <b>Kapitola</b>   | <b>1</b> | <b>2</b> | <b>3</b> | <b>4</b> | <b>5(...)</b> |
|---|----------|----------|----------|----------|---------------|
| Klíčové prvky učiva   |          |          |          |          |               |
| <i>Celkový čas věnovaný učení z textu</i>   |          |          |          |          |               |
| <i>Z toho aktivní učební čas</i>  |          |          |          |          |               |
| <i>Celkový čas věnovaný řešení úloh</i>   |          |          |          |          |               |
| <i>Z toho aktivní učební čas</i>  |          |          |          |          |               |
| <i>Celkový čas věnovaný diskusi o učivu</i>   |          |          |          |          |               |
| <i>Z toho aktivní učební čas</i>  |          |          |          |          |               |
| <i>Celkový čas věnovaný učivu ve škole</i>  |          |          |          |          |               |
| <i>Z toho aktivní učební čas</i>  |          |          |          |          |               |
| <i>Celkový učební čas ve všech předchozích formách činnosti</i>                                 |          |          |          |          |               |
| <i>Z toho aktivní učební čas</i>  |          |          |          |          |               |
| <i>Vnímaná výsledná kompetence</i><br><i>(práce s daným prvkem učiva – 1 bod min.; 10 max.)</i> |          |          |          |          |               |
| Celkový čas a aktivní učební čas  |          |          |          |          |               |