



Maminka.cz > Školák

Příliš mnoho domácích úkolů děti stresuje. V budoucnu jich může být méně

Vzpomínáte si na prosezené večery nad domácím úkolem ze školy anebo totéž zažíváte se svým dítětem právě teď? Podle nedávné studie mohou úkoly dokonce zhoršit zdraví dítěte.

redakce, Markéta Novák Matějková
10. 2. 2018

 Sdílet

 Tweet



V Číně už například vznikla rodičovská iniciativa, která proti domácím úkolům bojuje. A také do Čech již pronikají moderní vzdělávací trendy, které s sebou mimo jiné nesou i vyučování bez domácích úkolů.

V nedávné studii, která vznikla pod záštitou prestižní Stanford Univerzity, poukazuje její autorka Denise Pope na negativní dopady povinných domácích úkolů. Více než 99 procent oslovených studentů označilo domácí úkoly za zdroj stresu.

su esu.

Ti si též stěžovali na zhoršené zdraví, zejména poruchy spánku a jeho nedostatek, které vyplývají ze zátěže domácími úkoly. Děti tak zpomalují svůj rozvoj a nekultivují zásadní schopnosti pro život, tvrdí studie.

Z výsledků také vyplynulo, že děti, které nemají kvůli domácím úkolům dostatek času na mimoškolní aktivity, rodinu a přátele, ztrácejí motivaci školní povinnosti plnit. S tím souhlasí i čeští odborníci.

Dopoledne povinnosti, odpoledne zábava

„Proč by si měly děti nosit práci domů? Vždyť rodiče by to také dělat neměli, po práci je čas na rodinu a zábavu. Rovnováha povinností a zábavy je motivací do další práce,“ upozorňuje Tomáš Trnka ze základní školy Square. Dodává, že úkoly svou podstatou zbytečně odrazují děti od dalšího učení.

Přitom to jde i jinak. *„Dnešní školství žádá od dětí pouze „nabífování“ povinného učiva, ale dítě si nejlépe zapamatuje to, co ho baví a co již v praxi použilo. Pokud se dítě učí prožitkem, zapamatuje si daleko víc a nemusí si domů vůbec žádné úkoly nosit,“* vysvětlil Trnka. Moderní přístupy ve výuce, tedy naučit dítě učit se, vzdělávat je v souvislostech, v rámci reálných projektů, jsou velmi důležité.



Školák

Melancholik, nebo flegmatik? Různí školáci vyžadují různý přístup

Potvrzuje to i krizová interventka a terapeutka pro děti, dospělé i rodiny Sylvie Stretti. *„Učení prožitkem propojuje znalostní a dovednostní složku člověka s emoční, čímž pomáhá utvářet komplexní a harmonické osobnosti. Díky učení prožitkem si informace podstatně lépe zapamatujeme a umíme je snáze využívat.“*

Hlavně netrávit hodiny u domácího úkolu

Ve světě je rezervovaný postoj vůči velkému množství domácích úkolů na vzestupu, což podporují i mnozí odborníci. Například standard schválený americkým Národním vzdělávacím sdružením (NEA) a Národním sdružením rodičů a učitelů (National PTA) je takzvané desetiminutové pravidlo.

Znamená to, že prvňáčky by měly domácí úkoly zaměstnat maximálně 10 minut, ve druhé třídě pak 20 minut. Až na středních školách by dle doporučení těchto organizací mohly domácí úkoly trvat 120 minut.

„Pokud již je dítěti zadán školou domácí úkol, mělo by ho být schopno splnit zážitkově a s lehkostí tak, aby ho to nezaměstnalo dlouhé hodiny a nedemotivovalo k dalšímu učení,“ poznamenal Trnka.

Kolik času denně vám zabere psaní domácích úkolů s vašimi školáky?