1445

WSPÓŁPRACA DOMU I SZKOŁY W DZIELE WYCHOWANIA MŁODZIEŻY
BIBLJOTECZKA WYDAWANA STARANIEM STOW. DYREKTORÓW POLSKICH SZKÓŁ ŚREDNICH PAŃSTWOWYCH POD REDAKCJĄ DR. E. ŁOZIŃSKIEGO
Nr. 4.

MARJAN GOLIAS
PROFESOR III GIMNAZJUM IM. KRÓLA STEFANA BATOREGO
WE LWOWIE

ORGANIZACJA PRACY DOMOWEJ UCZNIA

KSIĄŻNICA-ATLAS
ZJEDNOCZ. ZAKŁADY KARTOGRAFICZNE I WYDAWNICZE
TOW. NAUCZ. SZKÓŁ ŚREDN. I WYŻSZ., S. A.
LWÓW-WARSZAWA
1931

10033207

1445

BIBLIOTEKA PEDAGOGICZNA w Chełmie

Biblioteka Pedagogiczna w Stalowej

37.04

20669/e

2296

Zakłady Graficzne Ski Akc. Książnica-Atlas we Lwowie

Długo toczył się w dziedzinie szkolnictwa spór, co ma być celem nauczania, czy mianowicie wytwarzanie w uczniu zasobów wiedzy, czy też kształcenie form myślenia i innych czynności umysłowych. Był to spór, której zasadzie przyznać wyższość: materjalizmowi dydaktycznemu czy formalizmowi.

Walkę tę ukończono nową zasadą: „Nauka przedmiotów powinna stać się nauką rzetelnej i sprawnej pracy umysłu na materjale danego przedmiotu". A więc należy nietylko baczyć, aby uczeń coś umiał, ale także troszczyć się o to, jak uczeń się uczy. Nieobojętna więc ma być forma uczenia się u naszego wychowanka. Należy dbać o tę formę pracy, aby była sprawna, rzetelna, celowa, bo tylko taka praca umysłu przyda się uczniowi w życiu, do którego szkoła ma go przygotować.

Spada więc na nauczyciela-wychowawcę nowy obowiązek: obok nauczania przedmiotu powstaje drugie zadanie szkoły, które Rusk (Pedagogika Eksperymentalna, str. 286) uważa za jedno z głównych, t. j. nauczanie, jak należy się uczyć. Będzie to kształcenie formalne, ale nie to, przeciw któremu podniesiono tyle zarzutów (patrz Ziemnowicz, Problemy wychowania współczesnego, str. 99 i n.), ale wychowawczo-formalne.

W ostatnich też czasach zwrócono baczniejszą uwagę na tę właśnie kwestję i zajęto się energicznie rozwiązaniem

problemu organizacji i techniki uczenia się. U nas najsilniej przemówił w tej sprawie Nawroczyński, który w wykładzie p. t. „Współczesne poglądy na pracę ucznia i nauczyciela“, wygłoszonym na Konferencji Ped. Dyrektorów w r. u., wygłosił zdanie, że nauczanie, jak się uczyć, powinnoby być uważane za dziedzinę pracy szkolnej ważniejszą od prowadzenia lekcji.

Mówiąc tedy o formie uczenia się, można mieć na myśli uczenie się w klasie lub w domu. Praca jednak ucznia w klasie jest już ujęta w pewne celowe i wartościowe sposoby, które łączą się nierozerwalnie z metodami nauczania. Natomiast praca domowa była przeważnie zdana na łaskę przypadku i dowolności. Ponieważ jednak w nowszych czasach zakwestjonowano jej rację bytu, nie od rzeczy będzie zdać sobie naprzód sprawę z istoty jej, celu i ważności. W tej kwestji zapatrywania były różne. Jedni odrzucali zupełnie pracę domową, argumentując, że ona pozbawia dziecko wolnego czasu z uszczerbkiem dla życia rodzinnego, że szkodę również przynosi pracy szkolnej, gdyż sprawia, że uczniowie przychodzą do szkoły niewypoczęci. Czas poza nauką szkolną winien uczeń, ich zdaniem, spędzać swobodnie i wesoło. Nadto, jak utrzymują przeciwnicy pracy domowej, zadania domowe albo są za łatwe dla zdolnych, albo za trudne dla słabych uczniów, więc rzadko kiedy są odpowiednie. A wreszcie przeglądanie wypracowania domowego przez nauczyciela, co jest niezbędne, jeśli wogóle ma być jakiś z niego pożytek, zabierze za dużo czasu drogiego i potrzebnego na ważniejsze cele. Najwięcej obniżyły wartość pracy domowej badania eksperymentalne uczonych niemieckich. Wykazały bowiem, że praca w szkole daje przeważnie lepsze wyniki od pracy w domu.

Drudzy cenią wysoko pracę domową, której celem ma być wspieranie pracy szkolnej przez to, że uczeń może materjał w szkole poznany w domu sobie przyswoić pamięciowo i wyćwiczyć się w nim skutecznie. Wielu przyznaje jej raczej wartości formalno-kształcące i wychowawcze.

Uwzględniwszy słuszne argumenty obu stron, trzeba dojść do następującego poglądu na wartość, cel i zakres pracy domowej ucznia:

1. Praca domowa rzeczywiście posiada bardzo małą wartość, ale na najniższym stopniu. Dlatego na stopniu elementarnym nie powinna istnieć. (Zob. Nawroczyński w zbiorowem dziele Higjena Szkolna, str. 319).

2. W następstwie powyższego twierdzenia, jak też i wymogów higjeny powstaje postulat stopniowego rozszerzania zakresu pracy domowej w granicach podyktowanych przez higjenę. Tak dla wyższych oddziałów szkół powszechnych i niższych klas gimnazjalnych norma ta wynosić ma 1—1½ godziny pracy, dla średnich 2—2½, dla wyższych 3 godz. dziennie (zob. dr. St. Kopczyński, O t. zw. przeciążeniu szkolnem ze stanowiska higjeny pracy umysłowej, Sprawy Szkolne, r. 1929, nr. 2, str. 85).

3. Wartość pracy domowej leży w możności realizowania celu materjalnego i formalno-wychowawczego: *a)* celu materjalnego, bo umożliwia utrwalenie pamięciowe, wyćwiczenie i wypróbowanie nabytych wiadomości, *b)* celu formalno-wychowawczego, bo przy dobrej organizacji jest doskonałą formą pracy samodzielnej i samorzutnej, gdyż przy pracy domowej przyjść może wyraźniej do głosu aktywność i spontaniczność. Uczeń musi sam pracę rozpocząć i powinien ją do końca o własnych siłach doprowadzić. Praca domowa więc kształci wolę i charakter, wyrabia rzetelną pracowitość i tem samem daje dzisiejszemu systemowi wy-

chowania pożądane i konieczne uzupełnienie, a w niektórych przedmiotach jest warunkiem postępów. Stosunek pracy szkolnej do domowej jest tego rodzaju, że w prawidłowym stanie zależność występuje obustronnie.

Należy zatem cenić pracę domową jako czynnik pierwszorzędny w wychowaniu, a przez racjonalne, świadome i wytrwałe jej organizowanie udoskonalić ten wartościowy dla szkoły instrument. A rzecz dziwna, jak przeważnie był on w zaniedbaniu, szczególnie w praktyce, gdzie tylko niekiedy nauczyciele dawali konieczne wskazówki, raczej z dobrego serca, aby młodzieży, nieraz szamocącej się bezsilnie, przyjść z pomocą.

Zwykle zaś bywało tak, że uczeń pozostawiony własnym siłom dawał sobie jakoś radę, ale na drodze niezawsze ekonomicznej, często kosztem zdrowia i czasu. Niekiedy zjawia się z pomocą płatny korepetytor, najczęściej małowartościowy, który osiąga swój cel po linji najmniejszego oporu, dyktując wypracowania domowe, dając gotowe wyniki, mniej ważne ze stanowiska dydaktyki niż samodzielne dążenie ucznia do wyników. Takie postępowanie, nie wchodząc już, kto tę pomoc daje, czy płatny korepetytor, czy ojciec, matka lub ktoś ze starszego rodzeństwa, stwarza tylko szkodliwe pozory, w rzeczywistości pozbawia pracę domową wartości wychowawczej pod względem intelektualnym i moralnym.

Wszelkie zaś reformy na polu szkolnictwa uwzględniały tylko pracę w szkole, nie zwracały zaś zupełnie uwagi na pracę domową ucznia. Było to koniecznem następstwem niewłaściwego stanu, który dziś na szczęście zmienia się na lepsze. Było to następstwem tego, że w pracy wychowawczej przeważnie nie było współdziałania domu, który obecnie żywo interesować się zaczyna życiem i poczynaniami szkoły. Dziś gotowość i fakt współpracy rodziców ze szkołą pozwala pedagogom objąć całokształt życia wychowanka, a nie jak dotychczas mały odcinek i to na ciasnym froncie życia li tylko intelektualnego.

Ponieważ zaś inicjatywa w wszelkich zamierzeniach wychowawczych siłą rzeczy leży w rękach szkoły, muszą więc pedagogowie, korzystając z tych korzystnych zmian, i w tej sprawie co rychlej wystąpić czynnie. Trzeba przedewszystkiem w szkole pouczyć młodzież o technice, organizacji i higjenie pracy umysłowej, a równocześnię poinformować o tem dom na tych punktach stycznych, gdzie obecnie nawiązuje się łączność szkoły z domem: na zebraniach kół rodzicielskich, rzadziej na konferencjach z opieką domową, w prasie codziennej lub odczytach publicznych.

Pamiętać tylko mamy, że prawa tej organizacji nie mogą być zbyt szczegółowe ze względu na różnorodność typów umysłowych uczniów i rozmaitość warunków życiowych, wśród których żyją, a także ze względu na to, że zbyt drobiazgowe pouczenia w tej dziedzinie zgóry skazane są na niepowodzenie. Źródłem wiadomości nauczyciela mogą być te wszystkie doświadczenia, które im samym nasunęła praca w latach młodości szkolnej i obserwacja młodzieży, od kiedy pracują w swoim zawodzie.

Oczywista, że źródło to nie jest wyłączne, a najważniejsze, że nie posiada wartości objektywnej.

Najcenniejsze usługi oddaje tu pedagogika eksperymentalna, której wyniki posiadają charakter ścisły t. j. dający się ująć liczbowo i sprawdzić. Aby zaś zilustrować metodę badań eksperymentalnych, co równocześnie pomocne być może przy formułowaniu ważnych zasad organizacji pracy ucznia, podam pewne dane, odnoszące się do studjum nad pamięcią. Dawniej, gdy mówiono o pamięci, wystarczyło

wymienić teoretyczne poglądy Rousseau'a, Herbarta czy Spencera. Dzisiaj nasze wiadomości opieramy na eksperymentach naukowych. Rozpoczął je Ebbinghaus dziełem wydanem w r. 1885. Studjum swoje prowadził w ten sposób, że stworzył materjał, ile możności dla wszystkich osób badanych jednakowo obojętny i obcy, mianowicie zgłoski bez sensu jak np.: lac, mib, sor, muk, ted, i t. d. w innych zaś badaniach używał materjału treściwego np. zwrotek wierszowych.

Materjału danego uczy się badany przez powtórzenie, przyczem ilość zgłosek, których trzeba się nauczyć, ilość potrzebnych powtórzeń, a wreszcie ilość zapomnianych zgłosek pozwala na określenie matematyczne wyników i na badania porównawcze. Jednostką jest tu zgłoska.

Nie wchodząc bliżej w rozmaite metody badania, które rozwinęli następcy Ebbinghausa, a które zestawia dobrze ks. Nuckowski w Sprawozdaniu gimn. w Chyrowie za r. 1908, p. t.: „O nauczaniu się napamięć", warto zapoznać się z najważniejszemi wynikami tych badań.

Otóż okazało się jednozgodnie przy eksperymentach, że wyuczenie się zgłosek bezsensowych wymaga więcej powtórzeń, niż wyuczenie się zgłosek, które się rozumie. Im materjał jest więcej zrozumiały, lepiej logicznie związany, tem mniej razy trzeba go powtarzać. Dlatego słusznie kłaść musimy jak największy nacisk na jasne i systematyczne ujmowanie formy i zrozumienie materjału, który ma być w pamięci utrwalony. Najdosadniej podkreślił ten postulat amerykański pedagog Lewis (zob. Rusk. Pedagogika Eksperymentalna, str. 111), który powiedział, że znacznej części pracy wyuczenia się napamięć dokona się w klasie przez staranne objaśnienie uczniom materjału i przez zaprawianie ich do rozumnego analizowania i syntezowania. Uczenie napamięć odbywa się w praktyce w sposób dwojaki: umysły słabsze, lękliwsze posługują się metodą t. z. częściową, np. sonet rozbijają na części t. j. strofy i uczą się każdej części zosobna, poczem dopiero łączą je w jedną całość. Zdolniejsi odczytują ten sam sonet do końca, dopóki nie są w stanie wygłosić całości z pamięci.

Badania zaś wykazały, że przy uczeniu się całościami potrzeba mniej powtarzań, więc mniej się zużywa czasu, a co ważniejsze, pamięta się dłużej wyuczoną całość. Ponadto zwróciły uwagę na małoznany, trzeci sposób, metodę pośrednią; sonet (pozostaniemy przy przykładzie, który podaje Kierski w Encyklopedji Pedagogicznej, str. 293) odczytujemy od początku do końca jak przy metodzie całostkowej, po przeczytaniu jednak każdej z wyróżnionych części np. strofy, robimy krótką przerwę dla ponownego skupienia uwagi. Obecnie zwrócę tylko uwagę na słabe strony metody złej, a niestety przeważnie stosowanej w pracy uczniów:

1. Metoda cząstkowa rozrywa związek myśli, ułatwiający samo pamiętanie. 2. Metoda cząstkowa wprowadza liczne, niepotrzebne, a nawet szkodliwe asocjacje, np. w sonecie wiersz 4 strofy I kojarzy się w pamięci z wierszem 1 tej samej strofy, zamiast z wierszem 1 strofy następnej. 3. Uczenie się według metody cząstkowej łatwo przechodzi w bezmyślne kujoństwo, gdyż powtarzanie wkółko tej samej treści nie wymaga skupienia uwagi.

Rozlicznych tedy wiadomości zaczerpniętych z pedagogiki eksperymentalnej i własnego doświadczenia, a mających pouczyć ucznia, jak i kiedy trzeba się uczyć w domu, czyli słowem całej organizacji pracy domowej, ucznia udzielić powinna przedewszystkiem szkoła.

Nauczycielstwo jednak musi w związku z tem niejedno przeprowadzić w obrębie już samej szkoły, co przyczyni się walnie do łatwiejszego i skuteczniejszego zorganizowania pracy domowej ucznia. Pojawiały się bowiem w prasie zagranicznej i naszej (zob. Łódzki Głos Poranny, 1929, nr. 28) ataki na nauczycielstwo, że powodem przeciążenia uczniów są profesorowie, którzy nie porozumiewają się między sobą w sprawie oszczędzania sił młodzieży i skoordynowania przedmiotów szkolnych. We Francji nawet rząd, broniąc się przed zarzutami prasy, że toleruje przeciążenie młodzieży pracą szkolną, bez ogródek oświadczył w okólniku z dnia 31 sierpnia 1928, że winę ponosi tu niedostateczność koordynacji u nauczycieli (zob. St. Ciesielska-Borkowska, Niedomagania dzisiejszej szkoły średniej we Francji, Muzeum 1930, nr. 1).

Tak jednak nie jest wszędzie. W każdym razie szkoła, która bierze inicjatywę w organizowaniu pracy domowej ucznia, pomyśli o tem, aby nie stwarzać trudności własnemu dziełu i własnej pracy. Nauczyciel będzie pamiętać, że jego przedmiot nauczania nie jest jedyny i najważniejszy. Musi też ktoś, najlepiej wychowawca klasy, mieć obraz całości pracy domowej ucznia, aby nie dopuszczać do zachwiania równowagi. Czasem bowiem bywa pracy za dużo, czasem za mało, czasem na jeden dzień wypadają dwie deklamacje lub dwa wypracowania pisemne. Jednem słowem czuwać powinien ktoś, aby nie wytworzyło się przeciążenie.

Przeciążenie u nas bywa. Jakie są jego skutki, wiemy. Paraliżuje ono wysiłki dydaktyczne i wychowawcze szkoły, bo uczeń przeciążony albo się broni przed przeciążeniem zapomocą lekceważenia i niewykonywania obowiązków, albo, pracując sumiennie, podkopuje swoje zdrowie.

Dwojakie zaś jest źródło przeciążenia, albo jest ono skutkiem objektywnego przeciążenia, od czego dobra i czujna szkoła może się obronić, albo, co dzieje się częściej, jest skutkiem braku organizacji pracy u uczniów. Stąd też słusznie mówi się, że często niema przeciążenia, ale są przeciążeni. W roku 1920 urządzono w Warszawie ankietę w sprawie pracy domowej młodzieży w szkołach średnich. Ankietę opracował dr. St. Kopczyński. Obliczenia cyfrowe wykazały wprost niedopuszczalną ze stanowiska higjeny liczbę godzin pracy domowej uczniów i uczenic.

W klasie I według wskazań higjeny szkolnej uczeń pracować może w domu, jak już wyżej wspomniałem, nie więcej nad $1^1/_2$ godziny dziennie, tymczasem w świetle ankiety praca ucznia w tym wieku wynosi ponad 3 godziny. W klasie IV pracuje młodzież 4 godziny, a w klasie VIII zamiast 3 godzin młodzież żeńska pracuje 5 godzin. (Zob. Przegląd Pedagogiczny z r. 1920, zeszyt V, str. 201).

Przeciążenie więc wynikłe z nadmiaru zadanego materjału usunie szkoła przez porozumienie wzajemne nauczycieli i ustępstwa regulowane przez wychowawcę. Bezsilną jest szkoła tylko tam, gdzie rodzice sami utrudniają swoim dzieciom zdrową organizację przez t. zw. lekcje dodatkowe języków obcych, muzyki, malarstwa, lub też gdzie młodzież uboga klas starszych przepracowuje się lekcjami zarobkowemi.

Na sprawę lekcyj dodatkowych, które w tak wysokim stopniu uniemożliwiają organizację pracy domowej przez zajęcie ucznia w ilości nadmiernej i w czasie ze względu na organizację nieodpowiednim, zwróciła uwagę wizytatorka p. T. Męczkowska w „Bluszczu“ r. 1926, gdzie w artykule p. t. „Praca domowa ucznia“ nazywa lekcje dodatkowe wprost krzywdą dla dzieci.

Przeciążenie zaś wynikłe z nieumiejętności pracy uczniów usuniemy, jeśli uświadomimy sobie obowiązek pouczenia naszych uczniów, jak trzeba się uczyć.

Ogólne pouczenie w tej sprawie poda wychowawca na pierwszych lekcjach roku szkolnego, uzupełnią je zaś w zakresie swoich przedmiotów nauczyciele inni. Przedewszystkiem jednak baczniejszą trzeba zwrócić uwagę na moment zadawania w tym kierunku, czy uczniowie zrozumieli niedwuznacznie ilość i treść zadania.

W klasie najniższej byłoby wskazane, by nauczyciel podyktował uczniom, co mają przerobić w domu, a jeśli wplecie do tego pewne wskazówki, walnie przyczyni się do lepszego wykonania pracy domowej. Jeśli zaś przykładem praktykowanych w Ameryce lekcyj cichych, t. j. w myśl tam uznanego systemu „uczenia się pod kierunkiem“ nauczyciel pozwoli czasem uczniom przygotowywać lekcję domową w klasie, cicho w swojej obecności, sądzę, że można bez wielkich reform i kosztów bardzo wiele zrobić i młodzież nauczyć ekonomicznego uczenia się. Należy wskazać, że uczeń powinien wytworzyć u siebie pewien nawyk, żeby zawsze przed rozpoczęciem zadania zdał sobie sprawę z całości pracy, aby zależnie od swoich zdolności i zamiłowań przeznaczył pracy trudniejszej pierwsze miejsce, kiedy siły są jeszcze świeże. Do ważnych uwag, zdaniem mojem, należy pouczenie, jak się trzeba uczyć napamięć. Jest to tem ważniejsze, że praca domowa ma za główne zadanie utrwalenie wiadomości podanych w szkole. Wobec tego trzeba dać pewne wskazówki i nie zdawać ucznia na łaskę przypadku. Trudno przypuścić, że uczeń sam obierze najbardziej ekonomiczne i najskuteczniejsze metody uczenia się.

Wierszy należy uczyć się metodą całostkową. A opierając się na wynikach eksperymentów nad pamięcią, trzeba

pouczyć, że nieekonomicznie jest uczyć się w przeddzień lub co gorsza w dniu terminu, lecz należy rozdzielić uczenie się na kilka etapów. Eksperyment bowiem wykazał, że dwa powtórzenia dziennie przez 12 dni, dawały lepszy wynik, aniżeli 4 powtórzenia dziennie przez 6 dni, a te znów dawały lepszy wynik, aniżeli 8 powtórzeń dziennie przez 3 dni. Z doświadczeń uczonych pedagogów wynika, że słówek należy się uczyć metodą mieszaną, która wymaga mniejszej ilości powtórzeń niż metoda cząstkowa, a co ważniejsza, daje dłuższą trwałość pamiętania. Uczeń powinien więc odczytywać całość słówek wraz ze znaczeniem od początku do końca kilkakrotnie z pewną przerwą przy szczególnie trudniejszych słówkach. Potem odbywa się egzamin, jak to ogólnie jest praktykowane, przy zasłonięciu raz lewej, raz prawej strony. Przy materjale o różnej trudności zachodzi czasem potrzeba powtarzania słówek trudniejszych osobno poza całością. Ogólnie praktykowana metoda uczenia się słówek tylko metodą cząstkową, a więc powtarzanie słówka jednego z jego znaczeniem, kryje w sobie niebezpieczeństwo bezmyślnego powtarzania. A kwestja uczenia się słówek nie jest sprawą błahą. Jesteśmy świadkami, że zasób słówek u ucznia jest zastraszająco mały, a wprost kompromitujące wyniki oglądamy przy egzaminach dojrzałości. Przypisać ujemny wynik tylko lenistwu uczniów, byłoby może ryzykowne, jeśli przecież od samego początku szkoła ma możność kontrolowania pilności ucznia pod tym względem. Powód leży nie w nieuczeniu się, lecz w złem uczeniu się słówek. Według eksperymentu obserwowanego przez ks. Nuckowskiego na 43 uczniów konwiktu chyrowskiego z początku prawie wszyscy uczyli się cząstkowo i prawie nikt nie umiał słówek dobrze. Kiedy po odpowiedniem pouczeniu uczniowie zaczęli się

uczyć metodą całostkową, a tylko 13 zostało przy metodzie dawnej, okazało się, że zazwyczaj tych 13 nie umiało słówek. Drugim powodem, że uczniowie słówek nie umieją, jest, mojem zdaniem, niestosowanie lub nieznajomość ważnego prawa w zakresie psychologji pamięci; wykazano mianowicie, że przynajmniej jedno powtórzenie jest absolutnie konieczne, jeśli uczniowie mają jakąś rzecz zachować w swej pamięci przez czas dłuższy.

A dalej, że utrwalenie w pamięci na czas dłuższy zależy od pierwszej powtórki, która będzie tem skuteczniejsza, im wypadnie wcześniej. Tempo powtarzań przy pierwszem uczeniu się powinno być powolne z początku, w dalszym ciągu należy je przyśpieszać. Nauka półgłosem jest najodpowiedniejsza. Jeżeli celem pracy domowej jest przerobienie większych całości, np. partyj z historji czy literatury, powtórka z nauk przyrodniczych, wogóle tam, gdzie materjał rozpięty jest na większej ilości stron, tam wskazane jest streszczenie całości, wyciągi pisemne. Na to należy zwrócić uwagę i dać bliższe wskazówki. Przyda się to podczas studjów uniwersyteckich.

Drugie zadanie pracy domowej ma na celu ćwiczenie i wypróbowanie wiadomości, które odbywa się głównie zapomocą prac piśmiennych. Naogół nadużywa się pracy piśmiennej uczniów, dokonywanej w domu, jakkolwiek eksperymenty wykazały, że warunki domowe nie sprzyjają jej. Prace piśmienne domowe o charakterze reprodukcji powinny zniknąć. Dom natomiast szczególniej nadaje się i przewyższa środowisko szkolne, jeśli chodzi o zadania, w których nauczyciel pozwala uczniowi rozwinąć pomysłowość i kombinację.

Aby uniknąć przeciążenia, ułatwić zaś organizację, winniśmy także pamiętać, że wydajność pojedyńczych dni

tygodnia nie jest ta sama, jak to wykazały wyniki badań; wydajność pracy gorsza jest w poniedziałek wskutek wdrażania się po niedzielnej przerwie, podnosi się we wtorek i środę, poczem spada. Dlatego celowe jest to, co wprowadziło wiele szkół francuskich i niemieckich, że w czwartek od południa młodzież wolna jest od pracy domowej.

Prócz ustalonego falowania energji psychicznej w obrębie tygodnia ustalono zmianę zależnie od pór roku. Dla pracy pamięciowej i wysiłku uwagi, najbardziej korzystny jest okres od października do stycznia, następnie zaczyna się obniżanie sił umysłowych. Wydaje się, jakgdyby siły umysłowe zmieniały się w stosunku odwrotnym do temperatury.

Oto są momenty, które kształtują najogólniej stronę wewnętrzną pracy domowej ucznia, na którą szkoła ma wpływ bezpośredni. Na warunki zaś zewnętrzne t. j. miejsca i czasu, bynajmniej nieobojętne, wpływać może w dużo mniejszym stopniu.

W tej sprawie obowiązkiem szkoły jest zwracać się bezpośrednio do rodziców, podkreślać ważność tych pozornie błahych szczegółów, przypominać je co pewien czas przez usta lekarza szkolnego, albo opracowane w formie krótkich przepisów jako broszurki wręczać nadzorom domowym przy przyjmowaniu do szkoły nowych uczniów.

Zastosowanie praktyczne takich wskazań zawisło w całości od domu, który może ogromnie dopomóc szkole w ważnem dziele wychowawczem. Organizacja zewnętrzna pracy domowej ucznia, słowem pewien porządek domowy, uwzględniający konieczne zewnętrzne warunki pracy umysłowej i przestrzeganie najważniejszych wymogów higjeny pracy umysłowej, jest do zrealizowania w warunkach najskromniejszych.

Na pierwszem miejscu trzeba położyć negatywną wskazówkę, iż nie można pozwolić, aby uczeń pracował po godzinie 20 (8 wieczorem), gdyż ze stanowiska dydaktyki praca w tym czasie jest bezcelowa, a ze stanowiska higjeny wprost szkodliwa. Również nieodpowiedni jest czas między 13—15 godz. względnie 2 do 3 godz. po spożyciu obiadu. Jeśli więc w tym czasie, jako w okresie trawienia, który zwykle trwa około 2 godzin, praca umysłowa jest wysoce szkodliwa i bardzo szybko nużąca, to czas po tym okresie przez napływ pokarmu jest specjalnie korzystny. W świetle doświadczenia okazuje się, że najlepszą porą do pracy jest czas od 10—12 godz., czas, który zresztą uczeń spędza w szkole prócz świąt; następnie najlepszą porą jest okres od 17—20 godz. (od 5 do 8 po poł.). W tym więc czasie ma uczeń wykonywać pracę domową. Pożądane jest oczywista, żeby uczeń miał swój pokój, przynajmniej na czas pracy. Jeśli to niemożliwe, winno najbliższe otoczenie liczyć się z tem, że rozmowy, śmiechy rozpraszają, a niekiedy uniemożliwiają skupienie uwagi, które jest pierwszym warunkiem pracy umysłowej. Przez czas pracy ucznia musi dom w miarę możności dostosować swoje życie do dziecka, które odrabia lekcje domowe. Trzeba okazać szacunek dla pracy dziecka przez zachowanie spokoju, nieprzerywanie roboty jego, nieużywanie go do posług, a szczególnie na posyłki, które nietylko zabierają czas, ale co gorsza niweczą skupienie, nasuwając uboczne myśli. Oczywista, że dom, w którym panuje porządek, w którym wszystko ma swoje miejsce, będzie stwarzać najlepsze warunki pracy. Przeciwnie bezplanowe i chaotyczne gospodarstwo domowe nie pozwoli nawet pilnemu i zdolnemu uczniowi pracować wydatnie. W takich warunkach praca domowa jest dla ucznia udręczeniem i fatalną szkołą pracy.

W sprawie odżywiania przypomnieć należy, że przeładowanie żołądka ogromnie przeszkadza pracy umysłowej, a chyba już zbyteczne jest mówić szerzej, jak fatalny skutek ma alkohol nawet w najmniejszych dawkach. Unikać też należy dawania przed snem nawet tak słabych narkotyków, jak herbata i kawa, które niestety w wielu domach podaje się dzieciom na wieczerzę.

Oczywista pożądane jest, aby pokój, w którym uczeń pracuje, był jasny i należycie przewietrzony. Dostęp świeżego powietrza a zatem i tlenu do mózgu, jest niezbędny przy pracy umysłowej, nadmiar zaś dwutlenka węgla powoduje ból głowy i szybsze występowanie zmęczenia. Temperatura pokoju powinna wynosić 14—15 stopni. Unikać należy światła słabego, jak też zbyt jaskrawego, bo jedno i drugie wywołuje zmęczenie wzroku, a przez to pociąga szybsze znużenie.

Ważna jest też kwestja wypoczynku. Najlepszym odpoczynkiem po pracy jest sen, podczas którego następuje stopniowe wydalanie produktów zmęczenia i odnowa tkanek ustroju. Zmęczenie bowiem jako skutek pracy zarówno fizycznej, jak umysłowej jest w istocie swej objawem działania zmian chemicznych w naszym organiźmie. Przy pracy bowiem umysłowej, t. j. działalności mózgu, podobnie jak przy pracy fizycznej t. j. skurczach mięśni występują u nas produkty rozkładu, substancje wywołujące objawy zatrucia. Zmęczenie zatem jest stanem samozatrucia organizmu, wywołanem przez specyficzne substancje, należące do grupy silnych trucizn, działających porażająco na układ nerwowy. Jeżeli je zastrzykniemy pod skórę zwierzętom, wywołamy u nich również objawy zmęczenia. Substancje te ulegają poczęści zniszczeniu w samej pracującej tkance, jużto zabiera je pęd krwi i doprowadza do pewnych miejsc na-

szego organizmu, gdzie stają się nieszkodliwe. Okazuje się, że krótki odpoczynek wystarcza, aby usunąć to trujące działanie. Już po godzinnej pracy umysłowej występują objawy zmęczenia. Należy wtedy zmienić pozycję, przejść się kilka razy po pokoju, uczynić kilka głębokich wdechów, by rozszerzyć płuca i przerwać pracę na 10—15 minut. Zbyt długa przerwa nie jest korzystna, zatraca się bowiem dobroczynne działanie wprawy.

Stosowanie umiarkowanego ruchu w przerwach od pracy umysłowej jest rzeczą rozumną, ale trzeba i o tem pamiętać, że praca rozpoczęta po męczącym spacerze lub forsownych sportach, jak niestety bardzo często się to zdarza u naszej młodzieży, zgóry skazana jest na niepowodzenie.

Zmęczenie bowiem fizyczne jest jednocześnie zmęczeniem psychicznem. Zauważono, że dwugodzinny spacer zmniejsza w tym samym stopniu sprawność umysłową, co jednogodzinne dodawanie. Jak powiedziałem, najlepszym środkiem na zmęczenie jest sen, który musi być dostatecznie długi i głęboki. Młodzież więc powinna wcześnie udawać się na spoczynek i nie wolno jej przedwcześnie budzić, aby rano odrabiała zaległości z dnia poprzedniego. Jak bowiem okazało się w świetle badań, sen bywa rozmaity. Jedni osiągają maximum głębokości w ciągu pierwszych dwu godzin, jest to typ wieczorny, bardziej normalny, zdrowy. Typ drugi zasypia późno, a sen pogłębia się powoli, osiągając szczyt pogłębienia nad ranem, wobec czego skracanie rannych godzin snu u takich osobników byłoby krzywdą dla ich organizmu.

Przynajmniej na godzinę przed udaniem się na spoczynek uczeń powinien ukończyć wszelką pracę umysłową, ponieważ ona utrudnia zaśnięcie, a sam sen czyni bardziej

powierzchownym. Długość snu powinno się indywidualizować. Dziecko młodsze, szczególniej nerwowe i niedokrwiste musi spać więcej, starsze i zdrowe mniej. Jak to zauważył Jaroszyński, lekarze dawniejsi byli zbyt skąpi, przeznaczając na odpoczynek 6 godzin. Dziś jako minimum snu dla dorosłego uważamy 8 godzin, dla dzieci 8 do 10 godzin. Dla dzieci nerwowych żądają higjeniści pół, do jednej godziny snu dodatkowo po obiedzie. Sen bowiem po obiedzie, choćby kilkuminutowy, odświeża umysł lepiej niż godzinne leżenie.

Oto garść uwag, które nasuwa myśl o potrzebie organizowania pracy domowej.

W tem zaś, jak zresztą w całem dziele wychowania, występuje jasno konieczność współpracy domu i szkoły, tych obu czynników, które dzielą między sobą wysoce odpowiedzialny trud przygotowania przyszłych obywateli i wyrobienia w nich najcenniejszej cnoty obywatelskiej: zdolności pracowania karnie, zorganizowanie i produktywnie. Wezwanie więc do tej współpracy stałej i konsekwentnej spotka się, żywimy nadzieję, z ofiarnym wysiłkiem szkoły i domu, boć w pracy tej łączy rodziców i nauczycieli szczere ukochanie wszystkim nam drogiej młodzieży.

BIBLIOTEKA PEDAGOGICZNA w Chełmie
Państw. Liceum Pedagog. Biblioteka Chełmie
Pedagogiczna Biblioteka Publiczna w Chełmie

BIBLIOTEKA PEDAGOGICZNA
W CHEŁMIE

CZYTELNIA

GOL
ORG

37.04