

Čo mi
pomáha, keď
sa mám niečo
nové naučiť?



REGIONÁLNE CENTRUM
PODPORY UČITEĽOV



Kedy sa mi učí
ľahko a kedy je
to pre mňa
ťažké?



Uvedomenie si vlastného učenia sa

Ako spoznám,
že som
niečomu
porozumel/a?



Uvedomenie si vlastného učenia sa

Čo urobím,
keď niečomu
nerozumiem?



Uvedomenie si vlastného učenia sa

Čo mi pri učení
pomáha viac
(počúvať, vidieť,
vyskúšať
niečo...?)



REGIONÁLNE CENTRUM
PODPORY UČITEĽOV





Uvedomenie si vlastného učenia sa

Kedy som sa
naposledy
niečo naučil/a
a bol/a som na
seba hrdý/á?



REGIONÁLNE CENTRUM
PODPORY UČITEĽOV

Emócie a ich vplyv na učenie sa

Ako sa cítim,
keď sa mi
niečo nedarí?



Emócie a ich vplyv na učenie sa

Čo sa deje s
mojím telom,
keď som
nervózny/a
alebo
nahnevaný/á.



Emócie a ich vplyv na učenie sa

Čo mi pomáha
upokojiť sa,
keď som
smutný/á
alebo
nahnevaný/á?



REGIONÁLNE CENTRUM
PODPORY UČITEĽOV



Emócie a ich vplyv na učenie sa

Ako sa učím,
keď mám
dobrú náladu?



Čo urobím,
keď mám
strach, že
zlyhám?



Kto alebo čo
mi pomáha,
keď mám ťažký
deň?



Čo urobím ako
prvé, keď
dostanem
ťažkú úlohu?



REGIONÁLNE CENTRUM
PODPORY UČITEĽOV

Ak potrebujem
pomoc,
požiadam o
ňu?

Čo robím, keď
sa pomýlim?



REGIONÁLNE CENTRUM
PODPORY UČITEĽOV

Čo mi pomáha
nevzdať sa,
keď je niečo
ťažké?



REGIONÁLNE CENTRUM
PODPORY UČITEĽOV

Ako
premýšľam,
keď plánujem
ďalší krok?



REGIONÁLNE CENTRUM
PODPORY UČITEĽOV

Kedy viem, že
som úlohu
splnil/a dobre?



REGIONÁLNE CENTRUM
PODPORY UČITEĽOV

V čom som
dobrý/á?



Čo sa mi v
škole darí viac,
než kedysi?



Ako reagujem,
keď v niečom
uspejem?



Čo sa môžem
naučiť zo
svojich chýb?



Kedy sa cítim
úspešný/á?



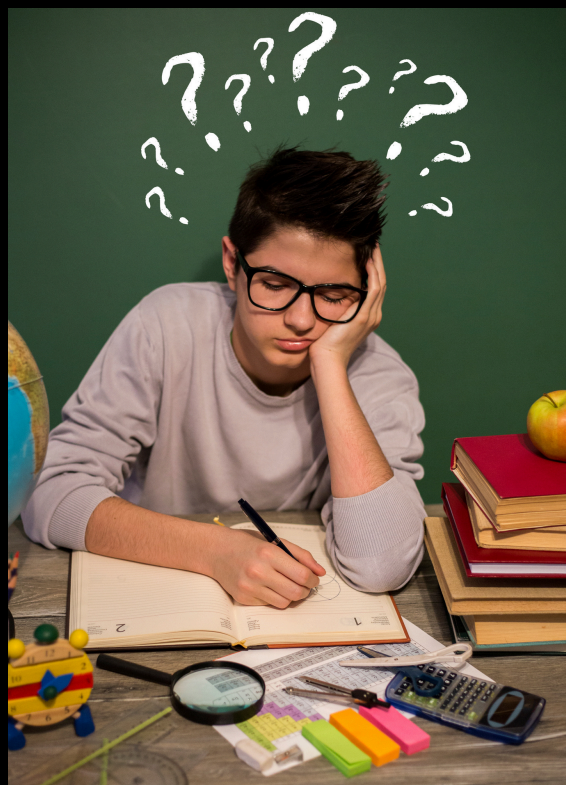
Čo by som sa
chcel/a naučiť?



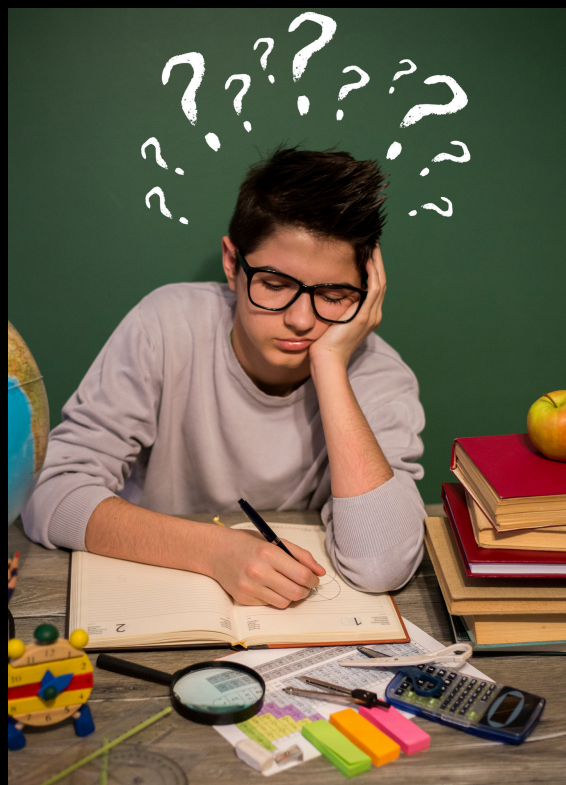
Uvedomenie si vlastného učenia sa



Aký spôsob
učenia (sa) mi
funguje
najlepšie a
prečo?

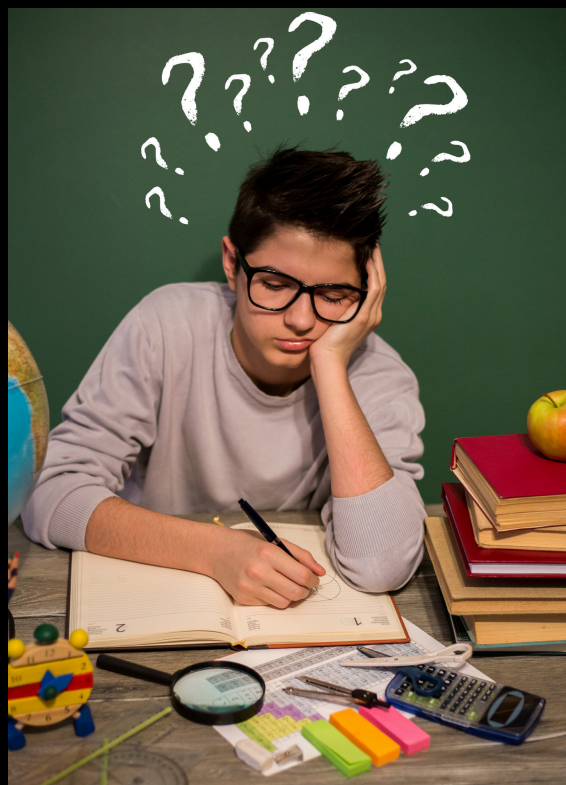


Ako moje
emócie
ovplyvňujú to,
ako sa učím
alebo správam
v škole?



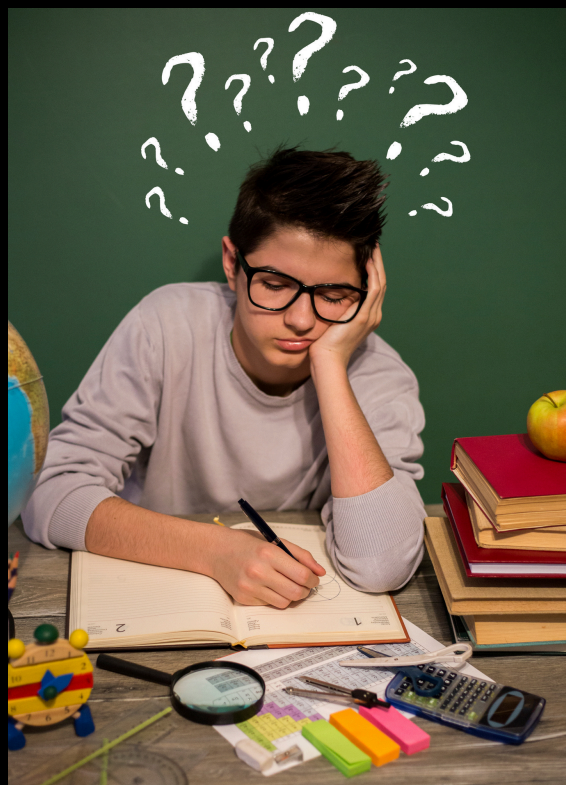


Ako zvyčajne postupujem pri riešení problémov?





Ako sa zmenilo
moje učenie (sa)
alebo myslenie
v porovnaní s
minulosťou?



Uvedomenie si vlastného učenia sa

Čo by som
mohol/a zmeniť
vo svojom
učení, aby som
sa učil/a
efektívnejšie?



REGIONÁLNE CENTRUM
PODPORY UČITEĽOV



Čo na sebe
pozorujem,
keď prežívam
silné emócie?



Ako viem
sám/sama
ovplyvniť, aby
som pracoval/a
sústredenejšie?



REGIONÁLNE CENTRUM
PODPORY UČITEĽOV





Aký cieľ by som
si chcel/a
stanoviť a
prečo je pre
mňa dôležitý?



REGIONÁLNE CENTRUM
PODPORY UČITEĽOV

