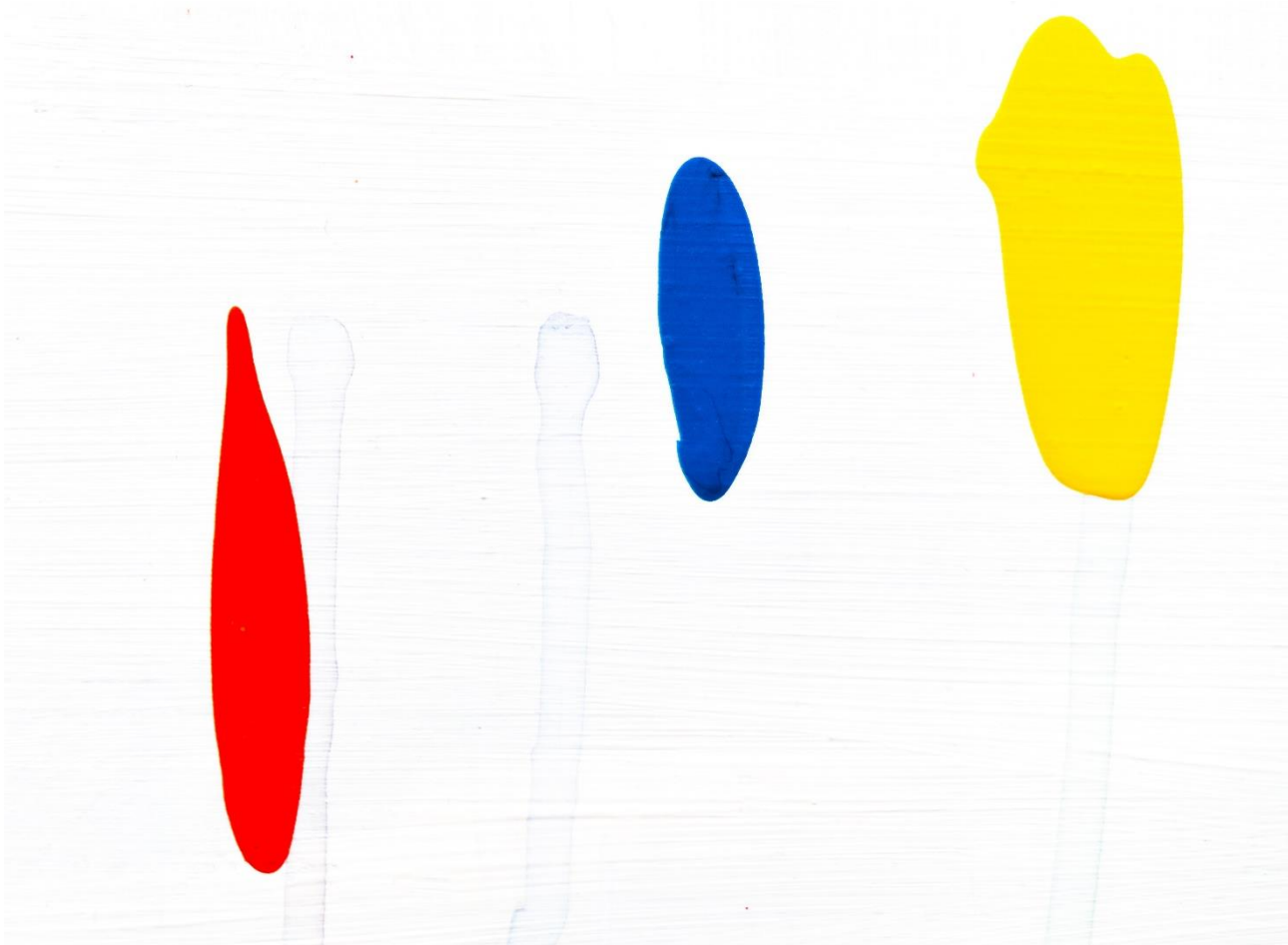


20 SPÔSOBOV AKO UROBIŤ

REFLEXIU DO 20 MINÚT



ü Učenie nás baví

Charakteristika e-booku

Bežne premýšľame o tom, čo sa s nami v určitom momente deje a dialo. V myšlienkach hodnotíme veci, ktoré sme vyriešili a hľadáme východiská z tých stále nedoriešených. Pri rozhovoroch so sebou samým alebo s inými ľuďmi s podobnými zážitkami dávame daniu mená, posúvame „zažitú“ o úroveň vyššie do roviny skúseností, začleňujeme tieto novinky do toho, čo už vieme, alebo mnohokrát odhaľujeme ich nový význam či to, čo bolo doposiaľ skryté... Nadobudnuté skúsenosti nás smerujú a orientujú na ďalšej ceste. Situácie, ktoré tento proces spúšťajú, bývajú mnohokrát náhodné. Vo vzdelávaní a v škole ich však vyvolávame zámerne – ponúkame deťom nové informácie, vystavujeme ich neznámemu, nastavujeme im zrkadlo... Zároveň im pomáhame premýšľať o tom, čo zistili a zažili. Niekedy viac, inokedy menej štruktúrovane vytvárame priestor na otázky a zdieľanie myšlienok. Navigujeme ich, aby sa im darilo prehrýzť sa cez ťažkosti, prísť veciam na koreň, posvietiť si na tajomné a záhadné a uvedomiť si, prečo sa im práve „toto“ dostalo pod kožu. Ide o proces, ktorý najčastejšie označujeme pojmom reflexia. Tento e-book sa venuje téme reflexie v dvoch rovinách. V prvej stručne približuje samotný pojem, jeho význam a vymedzenie, ponúkame základné typy a delenia reflexie, ako i mýty, ktoré sú s ňou spojené. V druhej časti sú to konkrétne postupy, ako rôzne typy reflexie realizovať spolu s pracovnými listami využiteľnými v rámci vyučovania. Ide najmä o zovšeobecňujúce príklady spôsobov a druhov reflexie, ktoré sa neviažu na presný cieľ, kontext a tému vzdelávania. Je na učiteľoch a učiteľkách, aby tento rámec naplnili obsahom a dospeli k tým najefektívnejším otázkam a formám reflexie.

Cieľová skupina: Aktivity sú vhodné pre žiakov a žiačky nižšieho i vyššieho sekundárneho vzdelávania. Ich náročnosť závisí od obsahu a zamerania, ktoré zvolí učiteľ/učiteľka. Možno ich realizovať s rôzne veľkými skupinami, i keď ideálnou je skupina cca 15 – 20 osôb. Väčšinu ponúknutých spôsobov realizácie reflexie možno robiť v celej školskej triede, podskupinách či individuálne.

Prepojitelnosť v rámci prierezových tém a medzipredmetové vzťahy: Aktivity sú univerzálne a využiteľné vo väčšine prierezových tém i vyučovacích predmetov.

Obsah e-booku:

PREMÝŠĽANIE O REFLEXII – trochu teórie na úvod

ZAMERANIE REFLEXIE – DRUHY REFLEXIE

S kým pracujeme? Koho k reflexii vedieme?

Akou technikou reflexiu realizujeme?

Na čo sa v rámci reflexie zameriavame? Čo nás zaujíma?

Kedy reflexiu realizujeme?

POCHYBNOSTI O REFLEXII?

20 PRÍKLADOV AKO ROBIŤ REFLEXIU DO 20 MINÚT

I. Reflexia s pracovnými listami (príklady 1 - 11)

II. Reflexia s rôznymi pomôckami (príklady 12 – 15)

III. Reflexia bez pomôcok (príklady 16 – 20)

BONUS – Reflexia ako cesta

**Celý dokument má rozsah 32 strán.
Nájdete v ňom 16 strán príloh v podobe pracovných listov, bonusovú hru
a 60 rôznych fotografií využiteľných k téme.**

Ďalšie informácie:

- Tieto materiály sú určené najmä pre učiteľov a učiteľky. Ich komerčné využitie a zverejňovanie na ďalších internetových stránkach bude považované za porušenie autorských práv.
- Autorom fotografie na titulnom liste je Steve Johnson, ktorý ju zverejnil v rámci databázy unsplash.com. Ak nie je uvedené inak, použité fotografie pochádzajú z tejto databázy voľne dostupných fotografií.
- Jednotlivé zážitkové bloky dostupné ako e-booky z webstránky www.ucenienasbavi.sk sú navzájom odlišené úvodnou fotografiou a špecifickou farbou (v nadpisoch, pracovných listoch aj ako orámovanie strán). Ich úlohou je uľahčiť orientáciu medzi viacerými blokmi či už v tlačenej alebo elektronickej dokumente.
- V dokumente sú vytvorené prepojenia na pracovné listy. Po kliknutí na text alebo názov pracovného listu k aktivite sa zobrazí požadovaný pracovný list.

PREMÝŠĽANIE O REFLEXII – trochu teórie na úvod

„Reflexia nemá byť nedotknuteľnou, všetko riešiacou povinnosťou, ktorú je nutné mechanicky použiť vždy a všade s kauzálne reťazeným setom stále rovnakých otázok. Má byť nástrojom, s ktorým by sme sa mali naučiť zaobchádzať veľmi obozretne. Slovo nenesie iba logickú jednorozmernosť, obsahuje i symbolické viacpočetné dimenzie významu. Preto je veľmi silné a mocné – a neodpúšťa chyby. Ako hovorí indiánske príslovie, „slovo je ako vystrelený šíp – nie je možné ho vrátiť späť“. Reflexia je kráľovskou disciplínou, je umením, ktoré podáva svedectvo o majstrovi svojho remesla. A akýkoľvek pokus o sprostredkovanie porozumenia sa u amatéra môže zvrhnúť na chvíľu trápnych slov a ešte trápnejšieho mlčania. Na devalváciu reči v tárane. Iba inštruktor s veľkých „I“ či lektor s veľkým „L“ vie využiť hĺbku živého slova uvedomelo a cielene tak, že sa zdanlivo povinná reč po programe stane zážitkom pochopenia, v ktorom sa u účastníkov dostaví pedagogicky sprostredkovaný logos so všetkými dimenziami svojho zmyslu.“

Ivo Jirásek¹

Reflexia je riadeným procesom, v rámci ktorého dochádza k hodnoteniu aktivity (hry, cvičenia). Ide o proces, pomocou ktorého sa hľadajú a nachádzajú širšie súvislosti a význam, ale i istý druh sebaopozorovania zameriavajúceho sa na odhaľovanie vlastného prežívania. Reflexia umožňuje vyťažiť zo zážitkov, ktoré vznikli, čo najviac – poučiť sa, spracovať prežité, premyslieť si využitie novonadobudnutých poznatkov a mnoho iného.² Okrem označenia reflexia sa zvyknú používať i pojmy ako debriefing, spätná väzba, review či sharing. Ale ani ich vymedzenie nie je vždy jednoznačné. Často sa možno stretnúť s týmito → **Debriefing** sa často používa v oblasti krízovej intervencie a býva definovaný ako riadené spracovanie predchádzajúceho zážitku pomocou otázok, pričom dôraz je kladený na vyriešenie aktuálnej situácie, menej na učenie a prenos skúseností do budúcnosti. Pomocou **spätnej väzby** skupina spracováva (najčastejšie verbálne) zážitky z predchádzajúcej aktivity pod vedením učiteľa/učiteľky, ktorý/ktorá určuje jej cieľ a priebeh. Ako **review** sa označuje prvá, opisná časť procesu spätnej väzby a **sharing** v sebe zahŕňa vzájomné odhalenie emócií spojených s predchádzajúcim zážitkom, prežívanie spolupatričnosti s ostatnými.³

Vo všeobecnosti však možno povedať, že ide o čas, v rámci ktorého sa vytvára priestor pre:

- zdieľanie zažitého a uvádzanie zážitkov do súvislostí (spätný pohľad na kľúčové body učenia),
- výmenu postrehov, názorov, zistení,
- upozornenie na oblasti, ktorých si žiaci/žiačky neboli vedomí,
- ciele spätnú väzbu (od žiakov/žiačok navzájom, ale aj od učiteľa/učiteľky),
- prenos získaných skúseností do bežného, reálneho života (pohľad do budúcnosti).

V nejakej podobe sa reflexia zaraďuje po každej aktivite a činnosti. Rôzni sa jej dĺžka a obsah, a to v závislosti od typu aktivity, jej zamerania a toho, ako aktivita prebiehala. Čím náročnejšia (psychicky, fyzicky), zážitkami nabitá aktivita, tým väčší dôraz by sme mali na reflexiu klásť,

¹ Jirásek, I. (2018). Čtyři dimenze (sebe)reflektivní cesty od prožitku ke zkušenosti. In Gymnasion, roč. 12, č. 1.

² Lemešová, M. (2015). Metodika vedenia sociálno-psychologického tréningu v prostredí školy. Bratislava: UK.

³ Reitmayerová, E., Broumová, V. (2007). Cílená zpětná vazba: metody pro vedoucí skupin a učitele. Praha: Portál.

pretože práve vďaka nej vzniká priestor na presun zážitku do roviny skúsenosti. Najčastejšie sa stretávame s reflexiou vo forme diskusie v celej skupine, ale môže byť realizovaná i individuálne (napr. formou dotazníka, kresby a pod.) alebo kombináciou oboch spôsobov. Možno sa stretnúť s veľmi rýchlou reflexiou (učiteľ/učiteľka dáva uzatvorené otázky, na ktoré žiaci/žiačky odpovedajú pohybom palca hore/dole, pridelením stupňov na teplomere, postavením sa do určitej časti miestnosti) alebo reflexiou využívajúcou symboliku a tvorivosť (vyjadrenie pomocou maľby, zvuku, polohy tela) a pod. Pozrime sa teda bližšie na to, s akými druhmi reflexie sa možno stretnúť.

NIEKOĽKO DOPORUČENÍ K REFLEXII alebo BODKA ZA TEÓRIU NA ZÁVER

- ✓ pri vedení reflexie mať stále „pred očami“ stanovený cieľ, no prispôbovať ho aktuálnemu daniu
- ✓ ponechať na reflexiu dostatok času a jeho množstvo si kontrolovať
 - ✓ zapájať všetkých (rôznymi technikami reflexie)
 - ✓ nechať dostatok času na premýšľanie a počítať s tichom
- ✓ kombinovať rôzne techniky a druhy reflexií (najmä v priebehu dlhších blokov)
- ✓ vytvárať bezpečnú atmosféru v skupine vedúcu k zdieľaniu

UKÁŽKA SPÔSOBOV REALIZÁCIE REFLEXIE

I. REFLEXIA S PRACOVNÝMI LISTAMI

Reflexia vedomostí – pracovný list sa zameriava na tri oblasti: hlavnú myšlienku, kľúčové pojmy a zhodnotenie náročnosti osvojiteľnosti obsahu vzdelávania.

II. REFLEXIA S RÔZNYMI POMÔCKAMI

LEGO dieliky v akcii trochu inej ako je stavanie domov či autíčok môže byť pre žiakov a žiačky novinkou. Učiteľ/učiteľka pripraví tri rovnako veľké nádoby (ideálne, ak sú priesvitné) označené príslušnou kategóriou pre dieliky rôznej farby. Tou môže byť známka (1, 2 či 3) alebo prídavné meno (zrozumiteľné – čiastočne zrozumiteľné - nezrozumiteľné) a pod. Každý dostane na začiatku hodiny tri dieliky Lega (v našom príklade nižšie červený, žltý a modrý dielik) a ten na konci hodiny môže vhodiť do kategórie, ktorá najviac vystihuje jeho odpoveď v danej téme. Otázky: *Ako sa Vám hodina páčila? Naučili ste sa niečo nové? Bola téma zrozumiteľná?* Po kontrole obsahu nádob zistí učiteľ/učiteľka na základe množstva dielikov najčastejšiu odpoveď v skupine.



III. REFLEXIA BEZ POMÔCOK

Nedokončené vety sú spôsob, ako v skupine možno povzbudiť priestor pre reflektovanie toho, čo sa udialo. Všetci stoja alebo sedia v kruhu. Osoba, ktorá začína, povie vetu, ktorú nedokončí. Úlohou vedľa sediacej osoby je túto vetu dokončiť a povedať začiatok inej vety. Takto sa pokračuje do kruhu. Vety sa môžu aj opakovať, ich zameranie má viesť k premýšľaniu o téme vzdelávania, fungovaní skupiny, atmosfére, a pod.

Príklady nedokončených viet:

Naučil/naučila som sa, že...

Odnaučil/odnaučila som sa...

Bol/bola som prekvapený/prekvapená, že...

Všimol/všimla som si, že...

Objavil/objavila som, že...

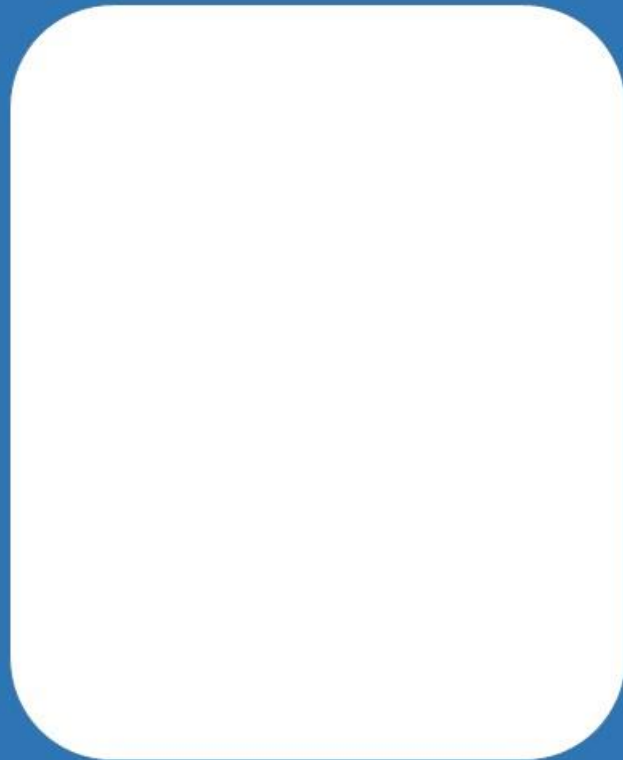
Plánujem sa viac zamerať...

Cítil/cítila som sa...

Ako skupina sme...

Nabudúce by som si želal/želala, aby....

Akú hlavnú
myšlienku si odnášaš
z témy?



Uveď 5 kľúčových
slov k téme.



Čo bolo náročné
a čo naopak ľahké?

