

MUNI
ECON

Reflexe – jak na to a zpětná vazba

Michal Krčál

Obecná zpětná vazba

- JAK a PROČ!
- => buďte konkrétní
 - Proč vám něco nejde
 - Proč vám něco jde
- Jakých předmětů nebo znalostí se to týká
- Proč nechci něco měnit
- Proč chci něco změnit
- Jak to chci změnit

Smysl reflexe

- Nejde (jenom) o hodnocení
- Zkuste se zamyslet, co byste udělali jinak, pokud byste mohli začít semestr znovu
- Nebo co byste doporučili studentům, kteří nastoupí na podzim 2021

Příklady

- Důležité pro ilustraci
- Jinak jde o obecné a nic neříkající popisné fráze

Forma vs. obsah

- První dojem
- Kontrola pravopisu!
- Gramatická pravidla

Stanovování si cílů

- S = specifický
 - chci zrychlit čtení v angličtině
- M = měřitelný
 - jedna strana angl. textu mi teď trvá zhruba 10 minut, chci ji přečíst za 8 minut
- A = dosažitelný
 - mám na to dostatek času, podpory, odhodlání
- R = relevantní
 - týká se mého studia a dělám to, abych se zlepšil(a) ve studiu
- T = časově ohraničený
 - chci se zlepšit během tohoto semestru

Styly učení

- Vhodné se vyjádřit ke svému stylu učení
- Zkusit rozebrat, co vám v tomto směru vyhovuje a co ne

HODNOTY a EMOCE

Hodnoty

- Jaké jsou příklady hodnot, které se váží ke studiu?
- Personal values articulate aspects of your identity, your personal purpose, and the ways in which you live and relate.
- Proč je to důležité?

Emoce

- Co mohou vypovědět emoce o způsobu učení?
- Na emocích a jejich sdílení není nic špatného

METAFORY

– Pomáhají interpretaci a pochopení textu

- Náhled do způsobu přemýšlení

– Příklady

- Studium na VŠ jako „Vypuštění zvířete do divočiny“ -> tj. osamostatnění a prosazování se vlastními schopnostmi

POKROKY

– Time management

Jedna z nejdůležitějších věcí, co jsem se částečně naučila, je práce s časem

– Obavy

S pokračováním semestru sa obavy, že štúdium bude nezvládnuteľné pomaly rozpřchli.

– Nejistota

Neistota z toho, že vlastne neviem čo od štúdia a po štúdiu chcem. Respektíve, že štúdium ma nesperuje tým smerom, ktorým by som chcela.

– Prokrastinace

Chtěla bych zkusit tzv. habit tracker, kde bych si splnění návyku (opakování látky, vypracování úkolu) každý den odškrtnla a jasně tak viděla, kde jsem vynechala.

– Komfortní zóna

Prečo nevyskúšať niečo iné, čo je za hranicou mojej komfortnej zóny.

– Negativa nejsou negativa

Naučila som sa, že neúspechy sú nevyhnutné pre osobný rozvoj a niekedy nám toho prinesú viac než tie úspechy.

PŘEKÁŽKY

Co mě nezabije, to mě posílí

- Studium je z části simulace
- Naučit se řešit problémy
- Co byl zlomový bod, kdy jste byli zahlceni?
- A co vám to pomohlo překonat?

PROKRASTINACE

Co s tím

- Problém skoro všech (nejen studentů) => přirozené chování
- Zásadní ovlivnění života = problém
- Např. Petr Ludwig: Konec prokrastinace
- <https://www.konec-prokrastinace.cz/>

OKOLÍ

– Kolektiv

- „V každém kolektivu člověk hraje určitou roli a obměna těch rolí je čas od času potřeba. Také s růzností studijních programů a předmětů, přichází téměř s každým předmětem jiný kolektiv.“
- „Postupem času jsem si zvládla najít systém a hlavně zjistila, že je spoustu ochotných lidí, co mi pomůžou, ale musím si o pomoc říct.“

– Studijní skupiny

- „I když jsem se ze začátku bála, že budu mít tendenci fungovat spíš samostatně, našla jsem si pár blízkých kamarádů, se kterými zatím zvládám procházet nástrahami a nejasnostmi různých předmětů.“

ONLINE VÝUKA

COVID

- Nejčastější téma
- Online výuka není „ideální“
- Ani pro vyučující

FINÁLNÍ ESEJ

Co je správná reflexe?

- Ta, která vám pomůže
- Nelze říct: „Udělal jsi reflexi jenom na 70 % a proto z ní máš za D!“
- Jste na začátku

Co není správná reflexe

- Obecná a povrchní
- Bez závěrů, co a jak změnit
- Jen popisná, tj. bez důvodů (proč)

Proč to děláte?

- Zpětná vazba pro všechny
- Vztah a pochopení
- Rozvoj a sebe porozumění