



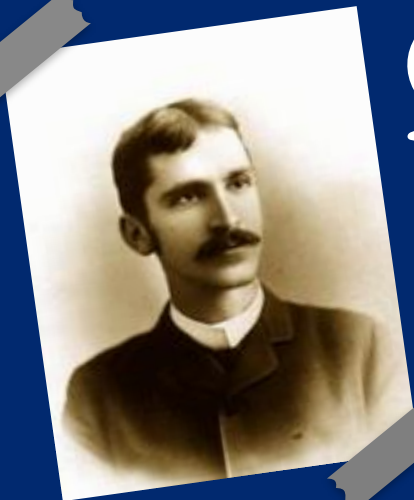
Reflexe

při práci s
žákovským
portfoliem

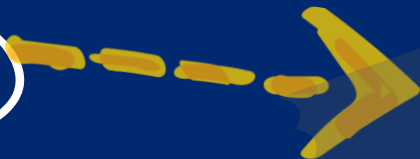
Mgr. Pavla Frňková

Mgr. Veronika Kirchnerová, Ph.D.

Co je reflexe?



John Dewey
1933



"We do not
learn from
experience...
we learn from
reflecting on
experience."

= transformace **prožitků** na **zkušenosti** uplatnitelné v dalším životě

REFLEXE

..umožňuje **zastavení** a **pohled zpět**, abychom lépe porozuměli **souvislostem** mezi našimi předchozími zážitky nebo zkušenostmi v minulosti a využili nalezené **uvědomění** ke změnám **do budoucna**.

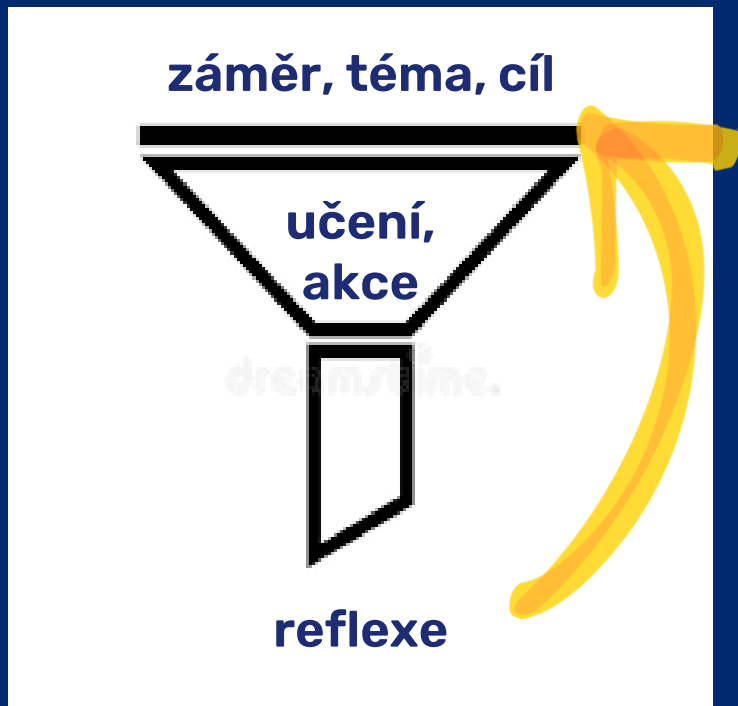
reflecto: ohýbat, obracet nazpět, odrážet

vědomé rozhodování

..umožňuje člověku se **vědomě rozhodovat** o tom, jaký má ke zkušenosti **postoj**, jestli díky ní získal všechny informace, které potřeboval, nebo zda by potřeboval ještě něco jiného

..odráží naše předchozí zážitky a pomáhá nám je **změnit**, abychom nemuseli opakovat stejné chyby nebo mohli ve stejných situacích **příště reagovat jinak**

Proč je reflexe důležitá?



“portfoliové myšlení”

- **Způsob uvažování o sobě a svých schopnostech**
- **„Dokážu popsat to, co dělám a umím jazykem kompetencí a podat pro to důkazy,“**





Principy reflexe - 4F

Koncept 4F - Facts, Feelings, Findings, Future

o nějaké situaci sdílíme postupně fakta →
pocity → poučení → kroky v budoucnosti

- **Facts:** Rekapitulace/ fakta.
Co všechno se událo? Jaká byla motivace?
- **Feelings:** Pocity.
*Jak jsem se cítil/a, jaké to pro mě bylo?
Těžké/lehké/neutral?*
- **Findings:** Poučení/ uvědomění.
*Co jsem si na tom mohl/a uvědomit? Zjistil/a jsem,
naučil/a jsem se (o sobě/o lidech/osvětě, atd.) něco
nového?*
- **Future:** Kroky v budoucnosti.
*Jak zkušenost a nové poznatky mohou použít v
budoucnu, ve škole, při učení, v praxi i ve svém životě?*



- **Sebepoznání** - silné/ slabé stránky, hodnoty
- **Já a učení** - znalosti, dovednosti, učení
 - předměty/ obory
 - úspěchy
 - účast na projektech
- **Já a volný čas** - zájmy
 - úspěchy
 - dovednosti, schopnosti
- **Moje zkušenosti** - praxe, brigády
 - účast na projektech
 - dovednosti, schopnosti
- **Já a trh práce** - CV /deník praxe/ reference/ motivační dopis/
 - sebe prezentace; poznávání profesí
- **Co je pro mne důležité** - moje hodnoty, vědomé rozhodování
- **Já a moje cíle** - co si přeju v životě zvládnout, dosáhnout a jak, moje sny



Těšíme se na spolupráci!

pavla.frnkova@jcmm.cz

veronika.kirchnerova@jcmm.cz

www.jcmm.cz

www.vzdelavanivsem.cz



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání