

Czy umiesz się uczyć – psychozabawa (opracowanie mgr Ewa Wilk-Zglobicka, psycholog-terapeuta PPP3)

1. Gdy mam odrabiać lekcje

- a) czuję, że nie mam na to ochoty, ale wykonuję swój obowiązek
- b) robię to chętnie, bo wiem, że uczę się dla siebie
- c) odkładam to ciągle na później

2. Gdy nauczyciel zapowie sprawdzian

- a) spokojnie powtarzam wiadomości
- b) zaczynam chorować
- c) muszę nadrabiać zaległości, bo nie uczę się systematycznie

3. Kiedy się uczę

- a) chcę jak najszybciej skończyć i wyjść na dwór
- b) skupiam uwagę na tym, co chcę zapamiętać
- c) przychodzą mi do głowy bardzo różne myśli...

4. Na moim biurku

- a) jest wszystko, czego potrzebuję w czasie odrabiania lekcji
- b) panuje artystyczny nieład, w którym gubią się ołówki i zeszyty
- c) nie mam biurka, odrabiam lekcje w kuchni lub na ławie przed telewizorem

5. Odrabiam lekcje

- a) od razu po przyjściu ze szkoły lub bezpośrednio po lekcjach w świetlicy
- b) późnym wieczorem lub w nocy
- c) po posiłku i krótkim odpoczynku

6. Gdy mam dużo nauki

- a) siedzę nad książkami kilka godzin bez przerwy
- b) zniechęcam się i rezygnuję
- c) robię krótkie przerwy na odpoczynek

7. Uczę się

- a) w domu, w ciszy i spokoju, czasami w świetlicy
- b) tylko w świetlicy
- c) w szkole na przerwie

8. Kiedy czegoś nie rozumiem

- a) staram się to pominąć, odkładam naukę na później
- b) proszę o pomoc nauczyciela, rodziców, kolegów
- c) szukam wskazówek w podręczniku, staram się rozwiązać problem

9. Dbam, aby podczas odrabiania lekcji

- a) mój pokój był przewietrzony, nikt mi nie przeszkadzał, a wszystkie potrzebne do nauki rzeczy były w zasięgu ręki
- b) towarzyszyła mi ulubiona muzyka i moje zwierzątko
- c) nikt mnie nie zobaczył, bo odpisuję od kolegów na przerwie

10. Kiedy zdarzy mi się dostać słabszą ocenę

- a) uważam, że to wina nauczyciela
- b) analizuję, jakie błędy popełniłem i staram się poprawić
- c) szybko o tym zapominam, życie toczy się dalej

11. Nauka jest dla mnie

- a) jedną z wielu rzeczy, jakie wypełniają mi czas
- b) przykrą koniecznością
- c) okazją do poznania ciekawych zdarzeń, ludzi, świat

12. Zdaniem nauczycieli i rodziców jestem uczniem

- a) zdolnym, aktywnym na lekcjach, ale niezbyt pracowitym
- b) mało aktywnym, ani dobrym, ani złym
- c) pracowitym, systematycznym, pilnym

PUNKTACJA:

Po 2 punkty za odpowiedzi: 1b, 2a, 3b, 4a, 5c, 6c, 7a, 8c, 9a, 10b, 11c, 12c

Po 1 punkcie za odpowiedzi: 1a, 2c, 3c, 4b, 5a, 6a, 7b, 8b, 9c, 10c, 11a, 12a

0 punktów za odpowiedzi: 1c, 2b, 3a, 4c, 5b, 6b, 7c, 8a, 9b, 10a, 11b, 12b

PODSUMOWANIE:

20 - 24 p.

Znasz zasady uczenia się i umiesz je zastosować w życiu. Dzięki temu sprawnie przyswajasz wiadomości i nauka może się stać dla Ciebie fascynującą przygodą. Oby tak dalej! Na pewno będziesz odnosił wiele sukcesów w szkole i w życiu.

15 - 20 p.

Prawdopodobnie Twoje możliwości są większe niż rezultaty, które osiągasz. Mógłbyś mieć lepsze oceny i więcej satysfakcji z nauki, gdybyś był bardziej systematyczny i uporządkowany. A może brakuje ci wiary w siebie? Uważaj na lekcjach i stosuj się do wskazówek nauczyciela, a zobaczysz, że nauka nie musi być nudna.

9 - 14 p.

Chyba nie jesteś najlepszym uczniem. Musisz włożyć więcej wysiłku i chęci w odrabianie lekcji. Poproś o pomoc nauczyciela, rodziców, kolegów. Bądź systematyczny i nie zniechęcaj się trudnościami. Może warto zgłosić się na zajęcia wyrównawcze?

0 - 8 p.

Niestety, nie masz się czym pochwalić. Jeśli nie zmienisz swojego podejścia do nauki, czekają Cię spore kłopoty.

Bibliografia:

zielonaiczarna.pl