

ПАМЯТКА

«Учись контролировать себя»

Лестница успеха

Суди себя сам. Это самое трудное. Себя судить куда труднее, чем других. Если ты сумеешь правильно судить себя, значит, ты поистине мудр.

Сент-Экзюпери

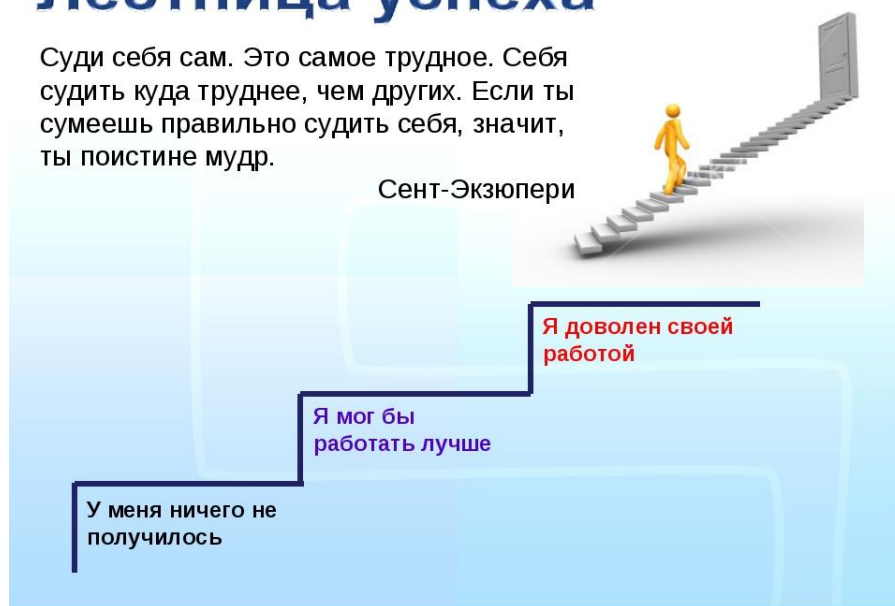


Схема самооценки

Чем эта схема может быть тебе полезной?

Чем старше ты становишься, тем большая ответственность за твою работу возлагается на тебя самого. Успевающие ученики – это те, кто умеет проверить свою работу и исправить свои ошибки. Они также умеют ставить перед собой цели по улучшению своей деятельности.

Как пользоваться схемой самооценки?

Приёмы самооценки:

- а) попробовать оценить часть выполненной работы и посмотреть, насколько она тебя удовлетворяет;
- б) попросить своего друга помочь тебе оценить, насколько хорошо выполнено тобой задание;
- в) воспользоваться схемой самооценки для того, чтобы улучшить свои умения выполнять задания.

Внешний вид твоей работы:

- 1. Выглядит ли она аккуратной?
- 2. Есть ли у нее заголовок (если он необходим)?
- 3. Пользуешься ли ты полями?
- 4. Пользуешься ли ты линейкой и карандашом, если нужна таблица?
- 5. Возможны ли какие-либо способы, с помощью которых ты мог бы улучшить внешний вид работы?

Важные элементы твоей работы:

1. Легко ли прочесть то, что ты написал?
2. Проверяешь ли ты правильность написания? Исправляешь ли ошибки?
3. Можешь ли ты с чистой совестью сказать, что сделал все, на что способен?

Совершенствуй себя!

За словами «я буду стараться» мало что стоит. Надо выяснить, что и как ты будешь совершенствовать.

Реши для себя, что конкретно ты выполнишь с максимальным старанием при работе над ближайшим заданием.

Когда закончишь, проверь его по схеме самооценки и оцени результат:

- Что я улучшил в своей работе?
- Моя оценка за старание (отлично, очень хорошо, хорошо, удовлетворительно).

