



«Перезагрузка: от методической службы гимназии  
до сетевого ресурсного центра повышения качества образования «РОСТ»

*Эффективные приёмы  
рефлексии*

# **РЕФЛЕКСИЯ: РЕТРОСПЕКТИВЫ и ПЕРСПЕКТИВЫ**



## «РЕФЛЕКСИЯ»



(от лат. reflexio «обращение назад») – это обращение внимания на самого себя, на продукты собственной деятельности, а также их переосмысление. В случае реализации проекта, это самоанализ группы по итогам завершённого проекта.

### Основные виды рефлексии:

**Личностная** – используется при необходимости собственного познания, коррекции поведения.

**Коммуникативная** – позволяет решать проблемы, возникающие при взаимодействии с социумом.

**Интеллектуальная** – необходима для поиска различных решений одной и той же задачи, тренировка способности вариативно мыслить.

**Социальная** – это размышления на тему, «что думают обо мне другие люди», развитие способности вариативно мыслить.

**Научная** – направлена на исследование научных методов, способов, теоретических обоснований.

### Формы рефлексии (в зависимости от направленности)

**Ситуативная** – анализ происходящего в настоящем времени.

**Ретроспективная** – оценка прошлого опыта; полезна тем, что мы можем делать для себя полезные выводы, основываясь на анализе прошлых событий.

**Перспективная** – обдумывание, планирование будущего; подготовка себя к будущим событиям.

**Результат** рефлексии – список советов на основе личного опыта, полученного в ходе разработки и реализации проекта.



## КАК ПРИМЕНЯТЬ РЕФЛЕКСИЮ

- 1 Встречу проводить лучше неформально (за чашкой чая)
- 2 Организуйте встречу всех членов вашей группы и обсудите личное отношение каждого к проекту
- 3 Список вопросов является примерным, его можно дополнить:

## СПИСОК ВОПРОСОВ

- |   |
|---|
| • Что нового узнали в ходе разработки материалов проекта?                                 |
| • Какие проблемы для вашей группы оказались самыми актуальными?<br>Как вы это установили? |
| • Чему вы научились в ходе подготовки вашего проекта? Какие новые навыки освоили?         |
| • Какой опыт вы получили в процессе реализации проекта?                                   |
| • С какими трудностями пришлось столкнуться?  |
| • Как вы преодолевали эти трудности?  |
| • С кем вы активно сотрудничали в ходе проекта?   |
| • Планируете ли вы в дальнейшем с ними сотрудничать?                                      |
| • Что дал этот проект лично каждому?  |
| • Какой совет вы могли бы дать тем группам, которые только планируют взяться за проект?   |