

## Karty refleksji metapoznawczej

### Kiedy go używać?

Możesz użyć tego narzędzia po ukończeniu zadania, ćwiczenia, lekcji, aby pomyśleć o tym co poszło dobrze, czego się nauczyłeś/aś, i co możesz zrobić lepiej następnym razem.

### Co będziesz robić?

Te karty pomagają zastanowić się nad własnymi sposobami uczenia się i znaleźć lepsze na przyszłość.

### Czego potrzebujesz?

- wydrukowanych kart refleksji (lub ich wersji cyfrowej);
- ołówek lub długopisu;
- zeszytu lub ukończonego zadania.

### Jak go używać?

1. Po ukończeniu zadania / ćwiczenia / lekcji wybierz jedną z kart refleksji.
2. Przeczytaj pytanie podane na karcie.
3. Zastanów się chwilę, zanim odpowiesz.
4. Podaj odpowiedź ustnie lub pisemnie.
5. Przedyskutuj swoją odpowiedź z kolegą lub nauczycielem, jeśli chcesz.

## O tej karcie pracy

- Każda karta posiada symbol i pytanie.
- Kolor i symbol przypominają o tym, której metody poznawczej używasz (np. kolor zielony i symbol puzzli oznaczają “planowanie”).
- Pytanie pomoże ci się głęboko zastanowić nad tym, co zrobiłeś/aś, jak się czułeś/aś i co mogłeś/aś zrobić lepiej.
- Niektóre karty zawierają pytanie o tym, jak zaplanowałeś/aś swoją pracę, w jaki sposób utrzymywałeś/aś skupienie i jak twoje sposoby nauki się sprawdzały.

## Wskazówki dotyczące ponownego wykorzystania / kontynuacji pracy z narzędziem

- Wybierz inną kartę za każdym razem, żeby odkryć inne twoje sposoby uczenia się.
- Zachowaj swoje odpowiedzi w zeszycie, żeby obserwować swój rozwój.
- Spróbuj stworzyć własne karty refleksji z nowymi pytaniami.
- Użyj tej samej karty do przemyśleń o różnych tematach czy projektach.



# KARTY REFLEKSJI METAPOZNAWCZEJ

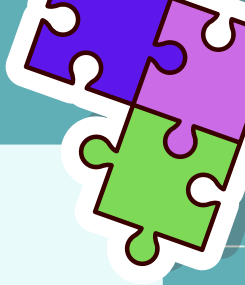
1. Planowanie
2. Monitorowanie
3. Ewaluacja



Dofinansowane przez  
Unię Europejską

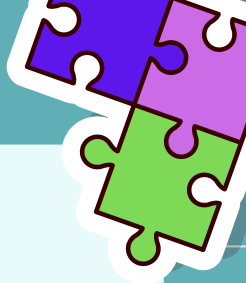
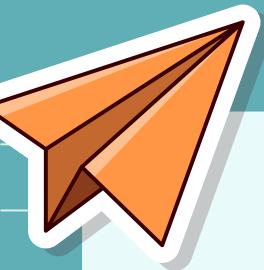


CogniQuest



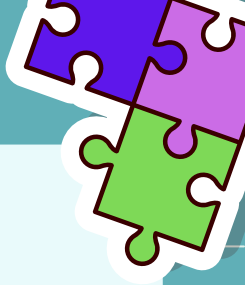
Co już wiem na  
dany temat?

**PLANOWANIE**



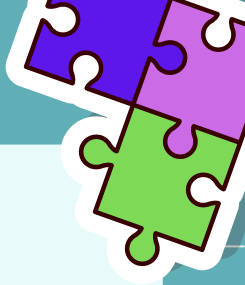
Jaki jest mój cel  
w tym zadaniu?

**PLANOWANIE**



Jakiej strategii użyję  
na początek?

**PLANOWANIE**



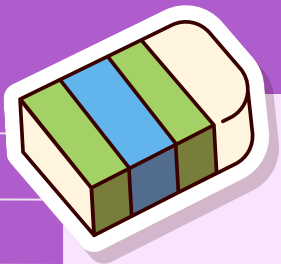
Co może być  
trudne i jak się  
z tym zmierzę?

**PLANOWANIE**



Czy rozumiem to,  
czego się uczę?

**MONITOROWANIE**



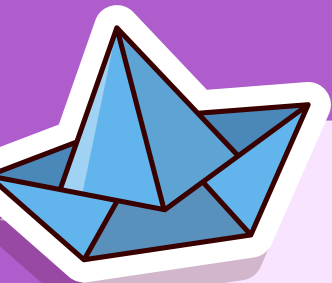
Czy powinnam  
spróbować innego  
sposobu nauki?

**MONITOROWANIE**



Co w tym  
momencie  
najbardziej mi  
pomaga?

**MONITOROWANIE**



Potrzebuję pomocy  
lub więcej  
informacji?

**MONITOROWANIE**



Czego się dzisiaj  
nauczyłem/am?

**EWALUACJA**



Co działało dobrze  
a co nie?

**EWALUACJA**



Co bym zrobił/a  
inaczej następnym  
razem?

**EWALUACJA**



Jakie są moje  
wrażanie o tym, w  
jaki sposób dziś się  
uczyłem/am?

**EWALUACJA**