**Zpětná vazba – reflexe**

Reflexe je učební situace věnovaná zhodnocení zkušenosti, která vznikla v průběhu předchozí akce.

Reflexe pomáhá systematizovat zkušenost a zážitek, včlenit jej do struktury dosavadní zkušenosti a obohatit jím naše prožívání a jednání do budoucna.

Čím konkrétněji formulujeme cíle, tím přesněji víme, o čem hovořit v reflexi.

Nevyhýbáme se tomu, co se v reflexi objeví mimo náš záměr.

**Možnosti reflexe:**

**Co se odehrálo (popis fází, skutků)**

**Co mi běželo hlavou (reprodukce myšlenek)**

**Co jsem vnímal (viděl, slyšel)**

**Co jsem cítil (jaké pocity, emoce to ve mně vyvolalo)**

**Co jsem pochopil (aha efekt)**

**Jakou to mělo pro mne hodnotu (zhodnocení)**

**Lze něco z prožitého zobecnit, plyne z toho nějaké poučení?**

**Čím by bylo možné na prožité navázat?**

**Zjišťujeme tím:**

**Co a jak vidím? Jak tomu rozumět?**

**Kdo jsem? Jak reaguji? Jak cítím a myslím?**

**Jací jsou lidé okolo mne? Jaké jsou naše vztahy? Jak spolu jednáme?**

**Co už umíme? Co si odnášíme do života? Co nového jsme se naučili?**

**Pokud se někdo necítí dobře, je možno mu pomoci?**

**Další obsahy reflexí:**

**Byla pravidla srozumitelně vysvětlena? Pochopili je všichni?**

**Pochopili všichni, co bylo cílem tohoto úkolu?**

**Byli všichni aktivně zapojeni? Schopni soustředit se na cíl?**

**Vzniklo ve skupině vzájemné propojení?**

**Měla akce vnitřní dynamiku a napětí?**

**Objevily se nějaké rušivé vlivy?**

**Mimoslovní reflexe:**

**Reflexe vyjádřená hrou na hudební nástroj**

**Reflexe vyjádřená zvukovými signály (pochvalné mručení, obdivné výkřiky, bolestné povzdechy…)**

**Reflexe vyjádřená gesty a mimikou (pokývání hlavou, úsměv, bezvýrazný pohled, gesta rukou)**

**Reflexe vyjádřená přidělením názvu, titulku činnosti**

**Reflexe vyjádřená pozicí těla**

**Reflexe vyjádřená výtvarně**

**Otázky vztahující se k řízení lekce:**

**Můžeme se do toho pustit? Cítíte se unaveni? Bojíte se? Vadí vám něco?**

**A jsme na mrtvém bodě, co navrhujete? Není již další alternativa?**

**Pomohlo by zopakovat cíl? Stihnete to? Proč jste ten čas nevyužili?**