

Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
«Горнозаводский Дом творчества»

ПРИНЯТО

Педагогическим советом *и т*

МАУ ДО "Дом творчества"

«13» октября 2025 г.

УТВЕРЖДЕНО:

Директор МАУ ДО "Дом творчества"

А.В.Князева

2025 г.



МЕТОДИЧЕСКОЕ ПОСОБИЕ

«Учебная рефлексия»

Разработал:

Методист

Леванова Олеся Владимировна

г. Горнозаводск

2025 г.

Каждый педагог имеет свой, выработанный с годами и опытом, подход к осуществлению своей профессиональной деятельности. Разные методики преподавания, разные программы, разные приёмы. Однако одно неизменно для всех педагогов – это их цель. Их миссия – обеспечить всестороннее развитие учеников, как личностное, так и творческое, что необходимо для их комфортного и гармоничного существования в обществе. Каждый педагог даёт детям определённые знания и навыки, и это бесспорно. Однако уделяем ли мы достаточно времени и внимания тому, чтобы помочь им развивать эмоциональный интеллект? Учим ли самоанализу, выражению своих мыслей и описанию опыта? Возможно, нет. А, возможно, делаем это, но не осознаём. Причины могут быть разными: нехватка времени, закрытость детей или, например, неумение это делать. Вне зависимости от причины лучше всё же найти в своём занятии место для этапа *рефлексии* и поспособствовать развитию когнитивных способностей и личностных характеристик детей, связанных с проявлением и анализом эмоций, чувств, мыслей и действий.

Так что же такое рефлексия? Единого подхода к определению этого термина нет, однако во всех дефинициях есть общие компоненты, из которых можно сформировать следующее определение: сознательное размышление о собственном опыте и действиях для понимания причин успехов и неудач и улучшения будущей деятельности. Перед педагогом стоит задача развивать и совершенствовать рефлексивные навыки каждого обучающегося: умение самостоятельно принимать решения и нести ответственность за их реализацию, анализировать личный опыт, систематизировать планы, предвидеть достижения своей деятельности, осознавать, как воспринимает тебя окружение, то есть формировать индивидуальность через рефлекссию. Именно в педагогических словарях в определениях термина «рефлексия» упор делается на его неразрывную связь с понятием «характеристика личности».

Рефлексия включает в себя построение умозаключений, обобщений, аналогий, сопоставлений и оценок. Как правило, у детей и подростков не

возникает самостоятельного желания порефлексировать ввиду отсутствия мотивации к этому. Поэтому задача педагога – объяснить, для чего необходимо размышлять о своих чувствах и опыте, и, соответственно, подобрать инструменты, с помощью которых можно развить навыки рефлексии у подопечных.

Важно также отметить, что некоторые исследователи изображают рефлекссию как процесс и особую структуру в деятельности, т.е. механизм и закономерность «естественного развития самой деятельности». Это значит, что работа с навыками рефлексии положительно скажется не только на развитии когнитивных способностей и эмоционального интеллекта ребёнка, но и на роде его занятий.

Существует огромное количество признаков рефлексии, которые являются основанием для составления её классификации. Необходимо понимать, что речь идёт именно об учебной рефлексии, поскольку реципиентами материала являются педагоги. Перейдём к классификации рефлексии по основным признакам:

1. По цели:

- **Рефлексия настроения и эмоционального состояния** (проводится в начале урока, чтобы установить эмоциональный контакт с группой, и в конце деятельности; оценивает настроение, эмоциональное восприятие учебного материала; или при появлении эмоционального напряжения);
- **Рефлексия деятельности** (применяется при проверке заданий, на этапе закрепления материала; помогает ученикам осмыслить виды и способы работы, проанализировать свою активность и выявить пробелы; основные вопросы: «Что у меня получилось в результате?» и «Что мне нужно сделать, чтобы добиться успеха?»; в течение урока или в конце по необходимости);
- **Рефлексия содержания учебного материала** (проводится в конце урока, на этапе подведения итогов или после каждого ключевого понятия; даёт возможность детям осознать содержание пройденного, оценить

эффективность собственной работы на уроке; основные вопросы: «Достиг ли поставленной цели?», «Что я узнал и чему научился?»).

2. По функции:

- **Физическая** (успел – не успел);
- **Сенсорная** (самочувствие: комфортно – дискомфортно);
- **Интеллектуальная** (что понял, осознал – что не понял, какие затруднения).

3. По форме деятельности:

- **Индивидуальная** (саморефлексия, полезна для развития навыков самоанализа);
- **Парная** (работа в паре, позволяющая обсуждать и задавать друг другу вопросы);
- **Групповая** (работа в группе, с целью помочь друг другу увидеть себя с позиции своей роли в совместной деятельности);
- **Фронтальная** (вопросы/упражнения для всех, но спрашивать выборочно).

Ниже представлена таблица с примерами различных техник для разных возрастов.

| Рефлексия настроения и эмоционального состояния | Рефлексия деятельности | Рефлексия содержания учебного материала |
|--|--|---|
| «Цветик – многоцветик», «Острова», «Рефлексивный ринг», «Плюс-минус-интересно», «Радуга эмоций», «Комплимент» и т.п. | «Наряди ёлку», «Три М», «Плюс – минус – интересно», «Дерево успеха», «Лесенка успеха», «Солнышко», «Дерево достижений» и т.п. | «Дерево цели», «Незаконченное предложение», «Отношение к проблеме», «Точка зрения», «Умозаключение», «Выбор афоризма», «Синквейн», «Кластер», «Достижение цели» и т.п. |

Ресурсы, где можно найти описание вышеупомянутых техник и ознакомиться с другими:

- <https://infourok.ru/refleksiya-kak-element-sovremennogo-zanyatiya-v-uchrezhdenii-dopolnitelnogo-obrazovaniya-4648870.html>
- <https://nsportal.ru/shkola/obshchepedagogicheskie-tehnologii/library/2020/04/26/mk-dlya-pedagogov-refleksiya-na>
- <https://multiurok.ru/files/priemy-riefliksii-na-zaniatiiakh-v-dopolnitel-n.html>
- <https://elar.uspu.ru/bitstream/ru-uspu/65537/1/10Suvorova.pdf>
- <https://kat-kem.ru/wp-content/uploads/2018/11/MRRefleksia.pdf>
- <https://multiurok.ru/blog/25-vidov-riefliksii.html>
- <https://13school.ru/downloads/виды%20рефлексии.pdf>
- <https://infourok.ru/refleksiya-nastroeniya-i-emocionalnogo-sostoyaniya-odin-iz-vidov-podvedeniya-itogov-tvorcheskoj-raboty-na-zanyatiyah-vneurochnoj-6066866.html>
- <https://nsportal.ru/shkola/materialy-metodicheskikh-obedinenii/library/2017/03/06/refleksiya-nastroeniya-i>

Кроме различных игр, техник и приёмов можно просто воспользоваться вопросами (придумать свои или найти в Интернете). Примеры вопросов: Что ты чувствуешь сейчас? Какие эмоции испытываешь? Что понравилось на занятии? Что не понравилось? Что я узнал и чему научился?

Однако не стоит забывать и про педагогическую рефлексию. Способность критически осмысливать свою профессиональную деятельность крайне важна для поддержания достойного уровня образования или его повышения. Педагог стремится смотреть на себя и свои действия как бы

глазами учащихся, учитывать их точку зрения, взгляды. Этот «взгляд со стороны» поможет определить не только сильные стороны педагога, но и недочёты, а также предположить, как можно их исправить, и обеспечить себе профилактику профессионального выгорания.

Ниже представлены некоторые **виды педагогической рефлексии** с их кратким описанием:

- **Рефлексия цели** – насколько поставленные цели были актуальны, достижимы и понятны ученикам.
- **Рефлексия содержания** – было ли содержание урока оптимальным, соответствовало ли оно возрастным особенностям и потребностям класса.
- **Рефлексия методов и приёмов** – сработал ли выбранный метод, что было эффективно, а что нет, почему.
- **Рефлексия взаимодействия** – какова была атмосфера на уроке, как педагог коммуницировал с учениками, удалось ли создать ситуацию успеха для каждого.
- **Личностная рефлексия** – какие личные качества помогли или помешали проведению урока, какие эмоции педагог испытывал и почему.

Существует много **техник и приёмов для рефлексии педагога**. Вот некоторые из них:

- **Ведение педагогического дневника** – записи должны быть регулярными и структурированными. Можно использовать модель «Что? Как? Почему? И что дальше?».
- **Групповые методы** – педагог обнаруживает, что его проблемы не уникальны, что и другие испытывают похожие затруднения.
- **Метод актуализации** – рефлексия осуществляется только в определённых ситуациях, например, анализ работы над проблемным содержанием задания, работа с новым учебным материалом.

- **Рефлексивная беседа** – это проблемный самоанализ педагогом своей педагогической практики под руководством более опытного преподавателя.
- **Педагогические кейсы (разбор конкретных ситуаций)** – учитель описывает сложную, проблемную или, наоборот, успешную ситуацию из своей практики. Коллеги совместно анализируют её, задают уточняющие вопросы, предлагают свои варианты интерпретации и решения.
- **Взаимопосещение уроков с последующим обсуждением** – ключевой момент здесь — не контроль, а именно взаимопомощь.
- **Видеотренинг** – позволяет человеку увидеть себя в любых формах деятельности как бы со стороны, глазами постороннего человека.
- **Анализ своих уроков и занятий** – можно просматривать видеозаписи, чтобы наблюдать за работой со стороны и обнаруживать те аспекты, которые не всегда заметны в процессе преподавания.

В заключение хочется отметить, что на первых этапах заниматься рефлексией будет непривычно и сложно, однако со временем благодаря постоянной практике ученики начнут делать успехи в этом и в итоге смогут рефлексировать самостоятельно.

Список литературы:

1. Шигабетдинова Г.М. Феномен рефлексии: границы понятия // Вестник Нижегородского университета им. Н.И. Лобачевского, Социология. Психология. Философия, 2014. С. 415-422.
2. Щедровицкий Г.П. Рефлексия в деятельности // Вопросы методологии: Архив номеров, 1001-1995. С. 157-188.
3. Щедровицкий Г.П. Рефлексия // Избранные труды, Шк. Культ. Полит., 1995. 800 с.
4. Мардахаев Л.В. Словарь по социальной педагогике: Учебное пособие для студентов высших учебных заведений. 2002. 368 с.
5. Полонский В.М. Словарь по образованию и педагогике. 2004. 512 с.
6. Бизяева, А.А. Психология думающего учителя: Педагогическая рефлексия. 2004. 216 с.
7. Эл. ресурс: <https://nsportal.ru/shkola/obshchepedagogicheskie-tehnologii/library/2020/04/26/mk-dlya-pedagogov-refleksiya-na>
8. Эл. ресурс: <https://infourok.ru/refleksiya-kak-element-sovremennogo-zanyatiya-v-uchrezhdenii-dopolnitelnogo-obrazovaniya-4648870.html>