



Witajcie Drodzy Uczniowie !

Zbliża się koniec trochę nietypowego roku szkolnego. Nauczyciele podają propozycje ocen. Uczniowie, którzy z jakiegoś powodu przegapili poprawy kartków, prac klasowych, sprawdzianów, testów, prac dodatkowych czy nie zawsze odsyłali zadawane prace do wyznaczonego terminu, nie wypełniali testów sprawdzających teraz mają co robić. To gorący czas na ewentualne nadrabianie zaległości czy „podciąganie ocen”. W tym gąszczu wielu rzeczy do zrobienia łatwo się zgubić lub przeoczyć jakieś zobowiązanie. Dlatego proponuję Wam przygotowanie sobie **"Planera moich zaległości"** 📅 To prosta tabela, którą da się zastosować do każdej dziedziny życia, nie tylko do zaległych szkolnych prac, ale także do obowiązków domowych, wizyt lekarskich czy pracy nad wyrabianiem nowych nawyków. Wszystko zależy od tego, jak go wykorzystacie, bo możecie wpisywać w niego również przyszłe obowiązki, tylko nie będzie to wtedy planer zaległości, a planer przyszłości.

Jak go wypełniać?

✍ Na początek, w pierwszą kolumnę skrótowo wpisujemy zaległą sprawę, na przykład "Sprawdzian z matematyki".

✍ W drugiej napisane jest pytanie: "Co należy wykonać?" Odnosząc się do naszego przykładu: "Napisać sprawdzian z pól trójkątów".

✍ Idąc dalej, trzecia kolumna może być uzupełniona na różne sposoby, na przykład: "Wiedzy na temat wzorów na pola trójkątów" / "Nauczyć się na pamięć wzory pól" / "Przypomnieć sobie zadania na temat pól trójkątów" i tak dalej.

✍ W czwartej i piątej kolumnie należy KONIECZNIE wpisać DATY. Dlaczego? Jeśli sobie zapiszemy "jutro wieczorem", albo "w wolnej chwili", to będziemy odkładać daną rzecz, bo przecież jutro będzie i jutro, i pojutrze, i w następne dni. 😊:) Chodzi tutaj o mobilizację i motywację do wypełnienia konkretnego terminu, wtedy łatwiej będzie nam zabrać się do pracy.

✍ Ostatnia kolumna jest o tym, jak rozpoznać, że zaległa sprawa została zrealizowana. W naszym przykładzie mogłoby to być "Po ocenie w dzienniku" / "Po tym, że ją napisałem i oddałem" i tak dalej.

✍ Przy dwóch kolumnach są wąskie paski. Służą one do odznaczenia danego etapu realizowania zaległej sprawy, czyli jeśli nauczę się pól trójkątów konkretnego dnia, zapisanego w kolumnie, odhaczam, że mam to już za sobą; ✓ tak samo robię, kiedy już napiszę zaległy sprawdzian w zapisanym dniu. ✓

Wrzucam tabelę z dwoma przykładami, żeby łatwiej było zrozumieć całą konwencję 😊

Narysuj sobie Planer na kartce, rozpisz realizację swoich zaległości a zobaczysz, że uda Ci się zrobić dużo więcej w krótszym czasie 😊

Trzymam kciuki 🍊 bo nie wiadomo z jakich powodów doszło do tych zaległości, a warto czasem pomóc sobie w wypełnianiu "drugich szans" od nauczycieli 😊



Dbajcie o siebie! 🧑

Trzymajcie się ciepło 😊

Aneta Kruk psycholog

PLANER MOICH ZALEGŁOŚCI



Sprawa do nadrobienia	Co należy wykonać?	Czego potrzebuję do wykonania tej sprawy?	Kiedy (data) skompletuję potrzebne rzeczy?	Kiedy (data) wykonam sprawę do nadrobienia?	Po czym poznam, że została wykonana?
Sprawdzian z matematyki	Napisać sprawdzian z pól trójkątów	Nauczyć się na pamięć wzorów pól	20.05.2020	22.05.2020	Dostanę ocenę ze sprawdzianu
Projekt z plastyki	Witraż z wycinanek	Wycinanki, klej, mazak, papier A4	23.05.2020	24.05.2020	Wyślę pracę do nauczyciela