

Marta Páleníková

# **KUCHÁRSKA KNIHA**

plná receptov ako na reflexiu  
a spätnú väzbu na 1. st. ZŠ

## **OBSAH**

O MNE	3
DEFINÍCIA REFLEXIE A SPÄTNEJ VÄZBY	5
PREČO SA ROBÍ REFLEXIA A SPÄTNÁ VÄZBA	5
DRUHY REFLEXIE A SPÄTNEJ VÄZBY	6
KTO ROBÍ REFLEXIU A DÁVA SPÄTNÚ VÄZBU?	9
KOMU SA DÁVA SPÄTNÁ VÄZBA?	9
NA ČO ZAMERAŤ REFLEXIU A SPÄTNÚ VÄZBU?	9
AKO ČASTO ROBIŤ REFLEXIU A SPÄTNÚ VÄZBU?	10
POMOCNÉ OTÁZKY K REFLEXII A ZAČIATKY VIET KU SPÄTNEJ VÄZBE	11
PRAVIDLÁ SPÄTNEJ VÄZBY	11
RECEPTY	14
1 Prečo sa robí reflexia a spätná väzba?	15
2 Spätná väzba so Smajlíkom, Fučkom a Plačkom	15
3 Jednoduché formy spätnej väzby	16
4 Spätná väzba pri diktátoch	17
5 Spätná väzba formou „galérie“	17
6 Efektívna spätná väzba na hodinách TV	17
7 Kombinácia spätnej väzby a reflexie	19
8 Spätná väzba s hríbikmi (Smejko, Fučko, Plačko)	19
9 Spätná väzba na terčíku	20
10 Sebareflexia učiteľa a spätná väzba učiteľovi, sebareflexia žiaka	20
11 Spoločná spätná väzba na tabuli	21
12 Spätná väzba po prezentácii projektu	22
13 Pravidelná spätná väzba pomáha pri sebahodnotení za polrok	23
14 Spätná väzba po práci v skupinách	23
ČO MA REFLEXIA A SPÄTNÁ VÄZBA NAUČILI	24

## **O MNE**

Učím na 1. stupni 12 rokov. Pravidelne som sa reflexii ani spätnej väzbe nevenovala. Tento rok som používala niektoré jej formy a zistila som, že reflexia má veľký vplyv na výkon a správanie žiaka. Bez reflexie žiak ani učiteľ nezistia, čo robili správne a vďaka čomu. Tiež čo robili nesprávne a z akej príčiny. Toto som chcela v mojej triede zmeniť.

Reflexia a spätná väzba sú procesy, v ktorých sa spracovávajú zážitky z predchádzajúcej aktivity. Žiaci zistia, v čom boli úspešní a učia sa pomenovať chyby. Vďaka reflexii a spätnej väzbe žiaci vedia poukázať na chyby svoje a chyby druhých bez toho, aby sa obávali, že niekomu ublížia. Hodnotia tak, aby druhý cítil, že chyba môže byť prospešná a netreba sa jej báť.

Rada by som ponúkla skúsenosti získané počas školského roka a ukázala ako začať s reflexiou a spätnou väzbou už na 1. st. ZŠ.

**ČO JE TO  
REFLEXIA  
A SPÄTNÁ VÄZBA?**

## DEFINÍCIA REFLEXIE A SPÄTNEJ VÄZBY

Vyučovanie je ako beh na dlhej trati. Bežec potrebuje spätnú väzbu, aby vedel, v ktorej časti trate sa práve nachádza. Či zvolil správnu taktiku, kde urobil chybu a čo má zmeniť. Preto je potrebné sa pozrieť späť priebežne, formou spätnej väzby. Po dobehnutí je čas na reflexiu. Tréner ho otázkami privedie k tomu, aby vedel, v čom sa má zlepšiť a kde urobil chybu.

**Reflexia** je moja otvorená otázka, na ktorú si žiak sám hľadá odpoveď. Žiak sám odpovie na moje otázky a poukáže na svoje úspechy i chyby. Je lepšie, keď si dieťa objaví a pomenuje chybu samé, ako keď mu ju povie druhý. Je časovo náročnejšia ako spätná väzba. Pri reflexii zapájame aj emócie.

**Spätná väzba** je konštatovanie, čo bolo dobré (hviezdičky/súhlas) a čo sa nepodarilo (priania/zlepšenie). Pre mladšie deti používam výrazy hviezdičky/priania a pre staršie deti navrhujem používať výrazy súhlas/zlepšenie. Moja skúsenosť hovorí, že deti najlepšie prijímu negatívnu spätnú väzbu (priania/zlepšenie), „obalenú“ pozitívnou spätnou väzbou (hviezdičky/súhlas). Deti to rýchlo pochopili, keď som túto metódu prirovnala k hamburgeru. Spätná väzba je rýchlejšia, efektívnejšia a menej príjemná ako reflexia. Mala by byť bez emócií.

Cieľom reflexie a spätnej väzby je pomôcť! Ten, kto reflexiu a spätnú väzbu dostáva, musí byť pripravený. Zmyslom je, aby sme dali dotyčnému príležitosť zvládnuť nabudúce situáciu lepšie. Nikdy nezabúdajme žiakov oceňovať. Oceňujeme ich najmä za snahu a posun, nie za výsledok! Nehodnotím človeka, aký je, ale pomenujem veci, ktoré robil.

—

***Reflexia znamená, že učiteľ kladie otázky a spätná väzba znamená, že učiteľ namiesto otázok dáva žiakovi rovno odpovede.***

—

## PREČO SA ROBÍ REFLEXIA A SPÄTNÁ VÄZBA

Cieľom reflexie a spätnej väzby na 1. st. ZŠ je naučiť deti v živote pomenovať a zvládať problémové situácie a nachádzať v nich riešenia. Dôležité je, aby sa naučili prijímať spätnú väzbu a boli na ňu pripravení. Aby sa nebáli

chýb a brali ich ako prostriedok k zlepšovaniu sa. Myslím si, že vek 6 – 10 rokov je na to najvhodnejší. Majú sa naučiť odhaliť veci, ktoré robia správne a mohli na nich stavať. Naučia sa odhaliť silné i slabé stránky svojej, druhých i skupiny. Tieto zručnosti by mali preniesť do reálneho života.

Moje skúsenosti hovoria, že spätná väzba na 1. st. ZŠ by mala byť zameraná predovšetkým na zručnosti a postoje - 80 % (aktívne počúvanie, úcta a nevysmievanie sa, spolupráca, zodpovednosť, najlepší osobný výkon, tolerancia, starostlivosť, priateľstvo) a 20 % na vedomosti (zvládnutie učiva). To, čo dáme deťom prvých 10 rokov života do pomyselného „ruksačiku“ z oblasti výchovy, to si začnú neskôr postupne vyťahovať. Potom už tam toho veľa nedáme. Preto na prvom mieste 6 – 10 ročných detí je reflexia a spätná väzba prvkom výchovného procesu.

#### [Prečo sa na vyučovaní robí reflexia?](#)

## **DRUHY REFLEXIE A SPÄTNEJ VÄZBY**

Vďaka reflexii a spätnej väzbe vznikajú situácie, v ktorých si žiak uvedomí, čo urobil správne a kde sa dopustil chyby. Najdôležitejšie je, aby zistil cestu nápravy a zlepšenia. V triede, kde sa cíti dieťa bezpečne, dokáže pri reflexii a spätnej väzbe otvoriť svoje vnútro a rozprávať úprimne, ako sa cíti, čo prežíva a prečo.

- Reflexiu a spätnú väzbu si môže dávať žiak na seba (sebareflexia), na prácu v dvojici, v skupine a na učiteľa.
- Reflexiu a spätnú väzbu si dáva žiak či učiteľ na vedomosti, zručnosti a postoje.
- Veľmi dôležité je, aby sa robila reflexia a spätná väzba priebežne. Uprostred aktivity, po určitej časti prebranej témy. Aby sme zistili, ako môžeme zmeniť postup práce, taktiku, rozdelenie úloh či pracovné miesto.
- Najčastejšie som dávala reflexiu a spätnú väzbu na mimoriadne situácie v správaní žiakov. Na to sa učiteľ nevie pripraviť, musí reagovať ihneď a preto je táto spätná väzba najnáročnejšia. Učiteľ v nej môže urobiť najviac chýb.

## **PRÍBEH**

Mimoriadnu situáciu ilustruje tento príbeh:

Žiaci dostali zadanú úlohu v skupinách po 5. Mali si vybrať jednu z aplikačných úloh. Elenka si vybrala dramatizáciu. Skupina s piatimi žiakmi mala zdramatizovať príbeh. Došlo ku konfliktu medzi Elenkou a Peťkom. Elenka chcela do príbehu zaradiť scénu s kvetmi a Peťko to odmietol s tvrdením, že to v texte nie je. Elenka ustúpila a už sa do skupinovej práce nezapájala. S mojim dovolením odišla do skupiny, kde tvorili ilustrácie k príbehu. Pri spätnej väzbe Peťko vyčítal Elenke, že chcela do vystúpenia dať niečo, čo tam nepatrilo a ešte aj odišla. Elenka nepovedala na Peťka nič negatívne. Hájila sa však tým, že v dramatizácii môže byť aj niečo navyše ako je v texte. Priznala chybu, že nemala odísť a ocenila mňa, že som jej dovolila ísť do inej skupiny. Moja chyba? Nemala som dovoliť odísť Elenke zo skupiny a mala som urobiť spätnú väzbu priebežnú, práve v okamihu konfliktu. Odhalilo by sa tým porušenie pravidla práce v skupine: pracujú všetci a nikoho nevyhadzujeme.

**AKO NA REFLEXIU  
A SPÄTNÚ VAZBU?**



## KTO ROBÍ REFLEXIU A DÁVA SPÄTNÚ VÄZBU?

Reflexiu a spätnú väzbu robí učiteľ alebo žiak. Spočiatku učiteľ, aby mali žiaci vzor. Potom môže robiť reflexiu a spätnú väzbu žiak. Záleží od atmosféry v triede, či žiaci prijímajú lepšie reflexiu a spätnú väzbu od učiteľa, alebo od žiaka.

## KOMU SA DÁVA SPÄTNÁ VÄZBA?

Reflexiu a spätnú väzbu môžeme smerovať na seba (sebareflexia), na spolužiaka, na skupinu a na učiteľku.

Dobré skúsenosti sú s reflektovaním práce neznámeho žiaka. Odpadá tým strach z negatívneho dopadu pri poukázaní na chyby. To som však neskúšala.

Najlepšie je začať so spätnou väzbou v dvojiciach. Mne sa osvedčilo, keď som začala robiť reflexiu a spätnú väzbu ja. Žiaci videli vzor a potom ľahšie reflektovali oni.

Najťažšie je reflektovať prácu učiteľky, žiaci sa jej obávajú povedať chyby. Keď však získajú skúsenosť, že učiteľka poukázanie na chyby víta, obavy pominú.

### PRÍBEH

Na hodine SJ som žiakov zoznamovala s témou Osnova. Dostali na výber z aplikačných úloh, ktoré vždy veľmi radi plnia. Bolo však málo času, nestihli si úlohy dokončiť. Na spätnú väzbu zostalo tiež veľmi málo času. Ako prvá som si zobrala slovo ja a urobila som sebareflexiu. Poukázala som na svoju chybu, nesprávne rozvrhnutie času. Niektorí súhlasili, iní: „Ale nie, to nebolo až také zlé“. Tu som videla, že deti nie sú zvyknuté, aby priznal dospelý svoju chybu. Aj to sa deti musia učiť, najlepšie hneď v 1. triede. Pri následnej spätnej väzbe žiakov na hodinu s osnovou, vedeli pomenovať moju chybu a nebáli sa. To bola prvá skúsenosť s reflexiou na učiteľku. Na ďalších hodinách už obavy čiastočne pominuli, aj keď nie celkom.

## NA ČO ZAMERAŤ REFLEXIU A SPÄTNÚ VÄZBU?

- **Vedomosti** - Napíš 3 veci, ktoré si si odniesol z hodiny. Učiteľ kladie otázky, či splnil cieľ hodiny. Učiteľia reflexiu robia i formou testov, písomných prác

a doplnovačiek. Na reflexiu a spätnú väzbu vedomostí sa učiteľ vie pripraviť.

- **Zručnosti** – Čo môžem z toho, čo som sa naučil uplatniť v živote, v budúcom povolani? Napríklad: riešenie problémov (ako sme problémy riešili?), komunikácia (aktívne počúvanie), zodpovednosť (pracoval som zodpovedne voči druhým?). Na reflexiu a spätnú väzbu zručností sa učiteľ tiež môže pripraviť.
- **Postoje** – Učiteľ vychádza z náhodných situácií, ktoré vzniknú počas aktivity (konflikt, nedorozumenie). Nedá sa na to pripraviť a nie vždy sa realizuje. Je to najnáročnejšia forma reflexie a spätnej väzby. Ako som prejavil úctu? Rešpektoval som hodnoty druhého? Spoliehali sa na mňa, splnil som to? Navrhol som riešenie problému?

### PRÍBEH

Písali sme diktát a po ňom mala nasledovať spätná väzba vedomostí a zručností. Adamkovi pri písaní prestalo písať plniace pero. Chvíľku neúspešne skúšal a vzápätí to vzdal. Pribehla Janka a ponúkla mu svoje náhradné pero. Adamko ho odmietol a zobral si ceruzku z plechovky, kde máme spoločné veci. Diktát dopísal. Krásny príklad na reflexiu postojov. Ako sa cítila odmietnutá Janka? Prečo Adamko neprijal pomoc? Riešil problém vhodným spôsobom? Ako to mohol vyriešiť inak?

## AKO ČASTO ROBIŤ REFLEXIU A SPÄTNÚ VÄZBU?

Moje skúsenosti ukazujú: nereflektovať príliš často, aby si odpovede, gestá len nenacvičili a nepoužívali automaticky. Najprv reflektovať jednoduché aktivity (výkres, diktát, pravopisné cvičenie) smajlíkom, prstom. Neskôr už nereflektovať každú jednoduchú aktivitu, ale náročnejšie úlohy alebo situácie v triede (prácu v skupine, projekty, súťaž na hodine TV). Myslím si, že frekvencia záleží hlavne na schopnosti učiteľa vymyslieť a používať čo najviac spôsobov reflexie. Dôležitá je priebežná spätná väzba.

## **POMOCNÉ OTÁZKY K REFLEXII A ZAČIATKY VIET KU SPÄTNEJ VÄZBE**

Keď sa v triede začína s reflexiou a spätnou väzbou, žiaci ukážu jednoduchou formou odpoveď: smajlík, prst, postavenie, mimiku, jedno slovo. Pri ďalšom stupni odpovedajú na otázku PREČO? Postupne na základe skúseností nacvičujú zmysluplnú odpoveď. Pomáhajú im k tomu pomocné „štartovacie“ vety, ktoré som vytlačila a zalaminovala pre každého žiaka. Majú ich po ruke, uložené v peračníku alebo na lavici. Pomocné otázky a vety nájdete na ďalších stranách.

## **PRAVIDLÁ SPÄTNEJ VÄZBY**

Niekoľkokrát sa stalo, že prijímateľ spätnej väzby sa z nejakého dôvodu necítil príjemne. Preto som zaviedla jednoduché pravidlá, ktoré som umiestnila na viditeľné miesto v triede. Keď vidím, že bola spätná väzba podaná nevhodne, len ukážem na tieto pravidlá. Žiak si to uvedomí a opraví.

—  
***Je moja spätná väzba užitočná?***

—  
***Robím spätnú väzbu s cieľom druhému pomôcť?***

—  
***Neublížim spätnou väzbou druhému?***

—  
***“Obalujem“ negatívnu spätnú väzbu dvomi pozitívnymi?***  
*(hviezdička, pranie, hviezdička alebo súhlas, zlepšenie, súhlas)*

—

## Otázky k reflexii



Čo Ti pomáhalo?

Čo sme zažili?

Čo si z toho odnášame?

Ako to využijeme?

Čo bolo pre vašu spoluprácu charakteristické?

Ako ste pracovali s časom?

Ako ste si plnili svoje role (hovorca, časomerač, utešovateľ, pozorovateľ...)?

Využiješ niečo z tejto aktivity v reálnom živote?

Pani učiteľka: „Mám nejaké postrehy k tomu, ako ste spolupracovali, určite máte aj vy.“

Aké zaujímavé situácie, ktoré súvisia so spoluprácou, si videl?

V jednej chvíli som si všimla, že... môžete mi k tomu niečo povedať?

Čo si z aktivity odnášaš?

Čo si sa touto aktivitou o sebe dozvedel?

Čo oceňuješ na ostatných?

Vieš si predstaviť niečo z hodiny, čo by si použil v živote?

Ktoré životné zručnosti si na tejto hodine použil? Popíš situáciu.

Myslíš, že by bolo lepšie, keby si...?

Čo by sa stalo, keby si nepracoval v skupine, ale sám?

Čoho si sa obával?

Čo Ti prekážalo?

Kedy si sa cítil najmenej zapojený?

Kedy si sa cítil najmenej užitočný?

Čo urobíš nabudúce rovnako a čo by si urobil inak?

## Pomocné vety k spätnej väzbe

---



### HVIEZDIČKY

Napíš aspoň 3 veci, ktoré si si odniesol z hodiny.

Vymenuj 3 – 5 pocitov, ktoré si mal počas aktivity.

Najviac ma na hodine zaujalo...

Najužitočnejšiu vec, ktorú som si z hodiny odniesol, je...

Prekvapilo ma, že...

Darilo sa Ti v...

Prekvapil si ma svojou...

Na Tvojej práci si najviac cením...

Páčilo sa mi, ako si...

Myslím si, že bolo správne, ako si...

Najlepšia časť bola...

### PRIANIA

Nerozumel som...

Myslím, že by bolo lepšie, keby...

Bol/a som trochu zmätená, keď...

Rád by som sa viacej dozvedel o...

Mohol by si sa viacej naučiť, keby...

Mohol by si popracovať...

---

**RECEPTY**

## 1 PREČO SA ROBÍ REFLEXIA A SPÄTNÁ VÄZBA?

Rozhovor v triede o tom, prečo robiť reflexiu a spätnú väzbu:

### [Motivačné video – Zrkadlo s Adalkou](#)

- Čo sa stalo, keď sa Adalka nepozrela do zrkadla?
- Čo zistila, keď sa pozrela do ponúknutého zrkadla?
- Ako zareagovala?
- Adalka urobila spätnú väzbu a odstránila chybu.

Video nám dá odpoveď na to, prečo je treba robiť spätnú väzbu:

### [Motivačné video – tajomstvo](#)

Deti odpovedajú na otázku: Prečo sa robí na vyučovaní spätná väzba?

### [Prečo sa na vyučovaní robí reflexia?](#)

Deti na videu hovoria hlavne o chybách. Len jeden žiak spomína, že je treba poukázať na to, čo sa nám podarilo a aj to využiť pri ďalšom učení. Uvedomila som si, že deti sa prirodzene chýb boja. Je dôležité učiť deti už od 1. triedy, aby sa chýb nebáli. Aby sa z nich poučili a hľadali cestu nápravy. K tomu nám pomáha správne podaná spätná väzba.

## 2 SPÄTNÁ VÄZBA SO SMAJLÍKOM, FUČKOM A PLAČKOM

Spätná väzba na hodine matematiky. Učiteľ vyrobí Smajlíka, Fučka a Plačka. Na konci hodiny dostane jeden žiak túto trojicu, vyberie si zodpovedajúcu tváričku, ktorá odpovedá na otázku: Ako si spokojný so svojou prácou na hodine? Prečo? Potom posunie trojicu Smajlíka, Fučka a Plačka spolužiakovi, až sa vystriedajú všetci žiaci.

### [Foto smajlíky](#)

### 3 JEDNODUCHÉ FORMY SPÄTNEJ VÄZBY

Vyjadrenie jednoduchej spätnej väzby môžem rozšíriť o ďalšie možnosti:

1. Smajlíka, Fučka a Plačka rozmiestnim na rôzne miesta v triede. Postav sa k tej tváričke, ktorá práve vystihuje tvoj pocit. Prečo?
2. Smajlíka, Fučka a Plačka dám na magnetickú tabuľu a žiaci pripnú svoju magnetku so svojim menom na príslušné miesto.

#### [Foto smajlíky – umiestnenie na tabuli](#)

3. Vyjadrí spokojnosť palcom hore, dole. Prečo?
4. Ukáž na prstoch 1 – 5, 1 – 10 a vyjadrí vetou pocit, ako sa cítiš. Prečo tak málo, prečo tak veľa?
5. Vyjadrí svoju spokojnosť postavením: na zemi ležiš (som nespokojný) až po stoj na stoličke a ruky hore (som maximálne spokojný). Prečo?

#### [Foto stoličky x zem \(postavenie\)](#)

6. Postav sa v triede v pomyselnéj priamke 1 – 10 (napr. Ako si pochopil danú tému? Prečo si sa postavil práve tam?)
7. Na tabuli je vodorovná priamka cez celú tabuľu. Zaznač čiarkou, aká bola v triede atmosféra, hluk počas vyučovacej hodiny.

#### [Foto spätná väzba priamka](#)

8. Ako sa cítiš po tejto aktivite, po hodine? Vyjadrí to mimicky. Prečo?
9. Ako sa cítiš po tejto aktivite, po hodine? Vyjadrí to jedným slovom.

#### [Energizér s vankúšmi a spätná väzba](#)

10. Ako sa Ti spolupracovalo vo dvojici? Ukáž počet prstov (1 je najmenej, 5 najviac), dlaň si daj na hrud' a prikry dlaňou pravej ruky. Ak chceš, ukáž pred triedou ľavú ruku s prstami a povedz, prečo si ukázal práve toľko prstov.

#### [Spätná väzba 1 - 5 prsty](#)



## 4 SPÄTNÁ VÄZBA PRI DIKTÁTOCH

1. Pripravte si 3 diktáty alebo opisy **neznámych** žiakov a urobte si spoločne spätnú väzbu. Deti budú mať príklad, ako na to. Nemusia sa báť, že by urazili niekoho známeho. Preto najprv práce neznámych žiakov.
2. Neskôr pristúpte k spätnej väzbe diktátov alebo opisov spolužiakov z triedy.
3. Nakoniec prejdite k sebahodnoteniu vlastného diktátu.
4. Na viditeľné miesto napíšte kritéria úspechu pri písaní diktátu alebo opisu.

Podľa kritérií si žiaci dajú sami spätnú väzbu. Vyvesila som na viditeľné miesto v triede kritéria úspechu pri písaní diktátu alebo opisu (reflexia):

1. Začínajú všetky vety veľkým písmenom?
2. Každá veta končí príslušným znamienkom „.“ „!“ „?“?
3. Medzi slovami sú dostatočné medzery?
4. Písmo je krasopísané, čitateľné?
5. Diktát alebo opis obsahuje chyby?

## 5 SPÄTNÁ VÄZBA FORMOU „GALÉRIE“

Svoju dokončenú písomnú či výtvarnú prácu nechajú žiaci položenú na lavici. Potom sa prechádzajú po triede a sledujú jednotlivé práce. Na pokyn učiteľa sa vrátia do lavíc a dávajú spätnú väzbu.

■ [Diktát "Galéria"](#)

## 6 EFEKTÍVNA SPÄTNÁ VÄZBA NA HODINÁCH TV

Z mojej skúsenosti viem, že najviac konfliktov sa objavuje pri súťažiach na hodinách TV. Právom sa hovorí, že najlepšie sa ukáže charakter človeka pri hre. Tu je najvhodnejšie miesto, kde sa mi darilo v efektívnej reflexii a spätnej väzbe. Najlepšie je, venovať sa reflexii a spätnej väzbe priebežne, alebo hneď po hodine. Ale hodiny TV sú špecifické. Emócie môžu byť tak silné, že je treba počkať do druhého dňa.

**PRÍBEHY**

Na začiatku hodiny sme zistili, že jeden zo žiakov nemá tenisky. Zabudol. Máme pravidlo, že v tom prípade nebude cvičiť. Všetci videli, že spolužiak je smutný. Jeden z kamarátov prišiel a spýtal sa, či môže riešiť problém. Bola som zvedavá. Traja chlapci odišli do šatne a všetci sa vrátili v teniskách, spokojní. Zázrak? Nie, ochota pomôcť. „Sú mi malé, nevadí, vydržím!“ Skrčili prsty a behali po telocvični, akoby sa nič nestalo. Doteraz neviem, ako to presne vyriešili, ale som na nich pyšná. Pomohli kamarátovi. Pri spätnej väzbe sme to vyzdvihli a ocenili.

—

Hrali sme hru s tyčami. Zorka si poranila prst, objavila sa prasklina pri nechte. Ochotný spolužiak sa ponúkol, že má v peračníku leukoplast. Vraj vyrieši problém: skočí do triedy a prinesie ho. Keby to bol žiak, ktorý nerád cvičí. Ale bol to práve ten, ktorý si zabudol tenisky. Reťazec pochopenia a ochoty sa tvorí v našej triede Včiel ďalej. Pri záverečnej reflexii sme zistili, že obdarovaný teniskami i Zorka boli vďační za pomoc.

—

Pri hre s tyčami sa vypadáva. Zo súťaže vypadne ten, ktorému spadne palica. Tú mu musí rovno postaviť spolužiak. Keď to neurobí, vypadáva jeho sused. Učíme sa pritom životným zručnostiam: spoľahlivosť, zodpovednosť a priateľstvo. Vypadol Alex, ktorému spadla palica. Po chvíľke sa prihlásil sám a dobrovoľne Maťko, ktorý mu tyč nechtiac nesprávne postavil. Priznal sa a bol ocenený pri záverečnej reflexii.

## 7 KOMBINÁCIA SPÄTNEJ VÄZBY A REFLEXIE

Uvedomila som si, že nie sme naučení prijímať kritiku. Pretože nás to nikto neučil. Často berieme fakt, že nám niekto poukáže na chybu, ako zlyhanie. Preto by sme mali učiť deti reflexii a spätnej väzbe už od prvej triedy. Naučia sa brať chybu ako prostriedok k zlepšeniu.

Počas tohto školského roka som vyskúšala dať kombinovanú spätnú väzbu a reflexiu na prácu v skupine. Najprv som poukázala len na to, čo sa im v skupine podarilo (spätná väzba). Otázkou (reflexiou) som smerovala k tomu, aby žiak sám povedal, v čom sa mu nedarilo a čo by nabudúce urobil inak.

■ [Spätná väzba na prezentáciu Megi](#)

### PRÍBEH

Žiaci pracovali v 4 skupinách po 4 žiakoch. Po aktivite som pristúpila k 1. skupine a poukázala na to, čo sa im podarilo, ako dodržiavali pravidlá práce v skupine. Potom som vyzvala žiakov tejto skupiny, aby dobrovoľne sami za seba povedali, v čom urobili chybu, čo sa im nepodarilo a čo by urobili nabudúce inak. Bolo ticho. To sa opakovalo i v ďalších dvoch skupinách. 4. skupina si vypočula svoje úspechy a jeden chlapec sa odvážil hovoriť o chybách. Bol to veľmi silný okamih. Po chvíľke ticha sa ozvali ďalší dvaja. O chvíľku cítim na mojom ramene ťukanie prstom a .... Marti, ja by som tiež chcela hovoriť o chybách. A tak sa rozrozprávali viacerí a od tej doby sme zasa bližšie k tomu, aby sme nemali problémy hovoriť o všetkom. Veľmi záleží na atmosfére v triede. Vyučovanie je o vzťahoch a tam treba začať. Dôvera je základ k tomu, aby sa v triede začalo so spätnou väzbou a reflexiou.

## 8 SPÄTNÁ VÄZBA S HRÍBIKMI (SMEJKO, FUČKO, PLAČKO)

Zaujímavá je spätná väzba s „pocitovými hríbkami“, ktoré som deťom ušila. Spočiatku som použila plyšiakov: žltý zajac, biela myška, Zvedavko. Alebo môžeme použiť loptičky: zelená, červená, dúhová. Po aktivite sú žiaci v kruhu na koberci a prebieha spätná väzba. Kto má hríbik Smejka, hovorí o tom, čo sa

mu na aktivite páčilo. Žiak s hríbikom Plačkom zdieľa to, čo sa mu nepáčilo a kto má hríbik Fučka, porozpráva o tom, čo si pri aktivite uvedomil. Keď žiak s hríbikom odpovie, hodí ho ďalšiemu žiakovi, ktorý si ho vypýta. Spätná väzba prebieha určitý čas, nemusí mať jeden žiak všetky loptičky. Spočiatku napíšem na tabuľu, pre lepšiu orientáciu detí:

- Hríbik Smejko: Čo sa mi páčilo?
- Hríbik Plačko: Čo sa mi nepáčilo?
- Hríbik Fučko: Čo som si uvedomila?

 [Video - spätná väzba hríbiky](#)

## 9 SPÄTNÁ VÄZBA NA TERČÍKU

Po aktivite rozdám žiakom lepiace papieriky, na ktoré si napíšu svoje meno. Terčik je vyhotovený z veľkého zeleného, menšieho žltého a v strede je najmenší červený kruh. Zelený vyjadruje Smajlíka, žltý Fučka, červený Plačka. Deti vyzvem, aby nalepili svoje menovky do príslušného kruhu podľa svojho pocitu po aktivite. Môžeme hodnotiť okrem pocitu prácu v skupine, hluk, snahu či aktivitu. Niektoré deti sa nevedeli presne rozhodnúť a nalepili svoju menovku napoly do zeleného a žltého kruhu.

 [Terčiky spätná väzba](#)

## 10 SEBAREFLEXIA UČITEĽA A SPÄTNÁ VÄZBA UČITEĽOVI, SEBAREFLEXIA ŽIAKA

Začala som so sebareflexiou. Nedarí sa mi často dodržiavať čas a pri mnohých aktivitách nestíham všetko, čo mám pripravené a stále deti popoháňam. Tak som pri sebareflexii o tom hovorila. Deti sa ozvali: Ale Marti, nám to vôbec nevadí, stačilo nám to, čo sme urobili ... nie sú zvyknutí na to, že dospelý hovorí o svojich chybách. Keď som požiadala o spätnú väzbu deti, tak hovorili o tom, čo sa mi podarilo, že to bolo skvelé. Chyby? Žiadne neboli ... nie sú zvyknutí hovoriť dospelým o ich chybách. Je to beh na dlhé trate, ale pomaly sa to lepší. Najťažšie pre mňa je, nájsť si čas na túto formu reflexie.

 [Video - spätná väzba žiakov na učiteľa](#)

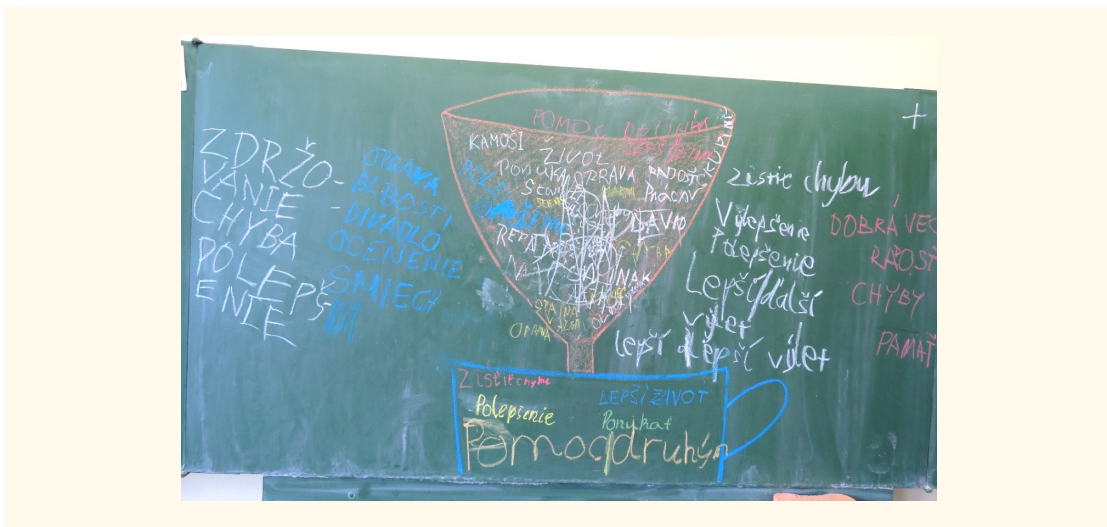
**PRÍBEH**

Mali sme pracovné vyučovanie a šili sme. Zuzke sa stále zamotávala niť, trhala a robili sa jej na nej uzle. Zuzka vzala do ruky zalaminované pomocné vety k spätnej väzbe a číta: Som trochu zmätená z toho, že sa mi stále robia uzle na niti ... a šila ďalej 😊.

 [Sebareflexia Zuzka zmätená](#)

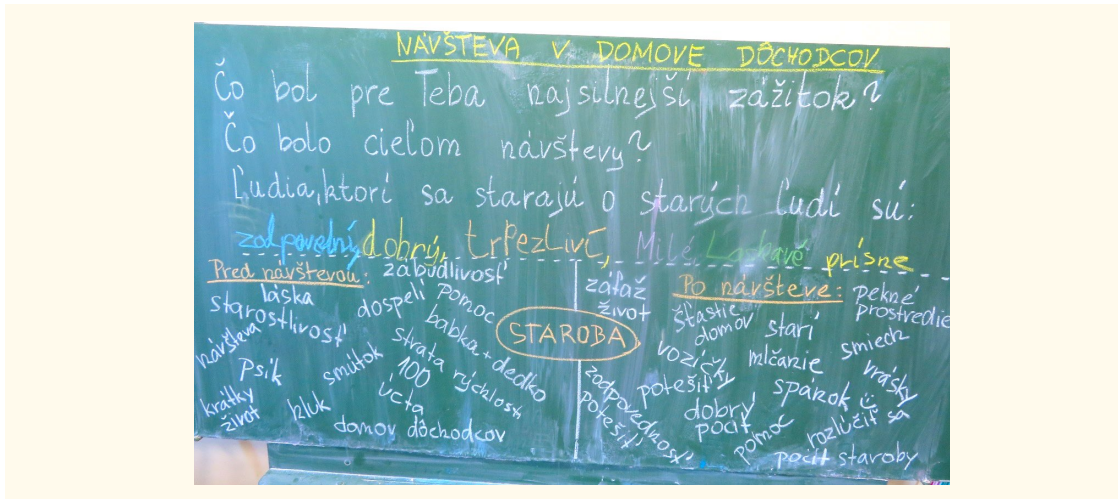
**11 SPOLOČNÁ SPÄTNÁ VÄZBA NA TABULI****AKTIVITA Č. 1: Návšteva domova seniorov s programom pre starkých.**

Pred návštevou sme formou brainstormingu písali na jednu stranu tabule slová, ktoré deťom napadli pri slove STAROBA (fotka). Po návrate z domova seniorov sme po skúsenostiach písali slová na druhej strane tabule. Spätnou väzbou sme porovnávali slová a prišli sme na to, že sme mali pred návštevou domova predstavu o starobe pochmúrnejšiu a smutnejšiu ako po nej.



## AKTIVITA Č. 2: Reflexia reflexie 😊

Formou hľadania kľúčových slov sme napísali do „lievika“ slová, ktoré boli spojené so slovom reflexia. Všetky sa nám tam nevmestili, tak sú aj okolo lievika. Potom sa všetci žiaci postavili pred tabuľu a diskutovali o tom, ktoré slová reflexiu vystihujú najviac. Mali vybrať 5 slov. Bolo to náročné, ale bez hádok nakoniec vybrali tieto slová: pomoc druhým, ponúkať, zistiť chybu, polepšenie, lepší život.



## 12 SPÄTNÁ VÄZBA PO PREZENTÁCII PROJEKTU

Na viditeľnom mieste umiestnim pred prezentáciou projektov kritéria hodnotenia.

- Rozsah: 3 body
- Gramatika: 2 body
- Estetické stvárnenie: 3 body
- Ilustrácia, fotky: 2 body
- Splnenie časového termínu: 3 body
- Samotná prezentácia, prejav, schopnosť zaujať: 4 body

Po skončení prezentácie žiaka nasleduje okamžitá spätná väzba, pri ktorej sa vychádza z kritérií.

■ [Spätná väzba na projekt Filip Branko](#)

[Spätná väzba na prezentáciu Megi](#)

[Spätná väzba na prezentáciu Tomiho](#)

## 13 PRAVIDELNÁ SPÄTNÁ VÄZBA POMÁHA PRI SEBAHODNOTENÍ ZA POLROK

Týždeň pred polročným vysvedčením som rozdala otázky na spätnú väzbu k jednotlivým predmetom a mali vyjadriť na grafe svoj názor, ako zvládli učivo. Žiaci mali 45 minút na napísanie odpovedí. Len niektorí žiaci vedeli odpovedať na otázky ku všetkým predmetom v danom čase. Pre niektorých to bolo veľmi ťažké, často sa podceňovali, nezvládli to v danom čase. Pre mňa je to skúsenosť, z ktorej som sa poučila, ako to urobiť nabudúce inak. Na konci školského roka rozdám otázky na spätnú väzbu zo slovenského jazyka hneď po hodine SJ. Na druhý deň ďalší predmet, až sa postupne vyjadria ku všetkým predmetom. To by sa malo stihnúť za jeden týždeň.

## 14 SPÄTNÁ VÄZBA PO PRÁCI V SKUPINÁCH

### AKTIVITA Č. 1

Žiaci vytvorili náhodné skupiny po 3 a 4 žiakoch. V skupine mali z 12 vybraných slov vytvoriť zaujímavý a vtipný príbeh. Na aktivitu mali 10 minút. Potom svoju prácu prezentovali. Zvolili si hovorcu, ktorý dával spätnú väzbu na samotný príbeh a spoluprácu.

- [Vymyslený príbeh na vybrané slová](#)

### AKTIVITA Č. 2

Na hodine hudobnej výchovy mali žiaci v skupinách vytvoriť hudobné dielo pomocou orffových nástrojov, hry na telo a zvukmi.

- [Práca v skupine HV - spätná väzba](#)

### AKTIVITA Č. 3

Žiaci pracovali v skupinách, spájali obrázky a texty. Nakoniec ich k sebe priradovali.

- [Reflexia na prácu v dvojici Samko, Zuzka](#)

## ČO MA REFLEXIA A SPÄTNÁ VÄZBA NAUČILI

1. Ako v každej triede, aj v mojej sa objavovali medzi žiakmi konflikty. V tejto oblasti som dosiahla najlepšie výsledky s reflexiou a spätnou väzbou.
2. Spočiatku robilo problém deťom prijať odporúčania, v čom sa zlepšiť. Pravidelnou reflexiou a spätnou väzbou sa to stále učia. Nie je ľahké naučiť sa prijať kritiku s tým, že mi chce druhý pomôcť. Ešte ťažšie je formulovať odporúčenie tak, aby ho druhý prijal nie ako výčitku.
3. Najsilnejšie okamihy sa objavili pri reflexii práce v náhodných dvojiciach. Žiaci prišli na to, že aj keď sa im spočiatku nepáčilo pracovať v dvojici práve s tým spolužiakom, objavili v ňom počas spolupráce pozitívne vlastnosti.
4. Čakala som, že mi skúsenosti s reflexiou a spätnou väzbou pomôžu pri polročnom písaní sebareflexie žiakov. Ale tam sa nám veľmi nedarilo. Dala som príliš veľa otázok a 9-roční žiaci nie sú schopní sa vyjadriť adekvátne k danej otázke písomne. Ústna spätná väzba bola pre nich jednoduchšia a úspešnejšia, pretože som im vedela hneď pomôcť. Verím, že na koncoročnom sebahodnotení budú výsledky lepšie.
5. S reflexiou a spätnou väzbou je treba pracovať už s deťmi na 1. st. ZŠ preto, že sa naučia prijímať chybu ako poučenie do budúcnosti a brať ju ako príležitosť učiť sa a rásť. Žiaci by mali vlastnými skúsenosťami prísť na to, že spätnú väzbu je treba využiť na zlepšenie svojej práce. Táto zručnosť im v budúcnosti pomôže rovnako pristupovať k bežným životným situáciám.
6. Spätná väzba nemá byť rozsudkom, vynesením súdu, ktorý ich porovnáva s inými spolužiakmi. Neprospieva to ich učeniu a napredovaniu, ale ho brzdí. Má poukázať na jeho posun a cestu, ako sa zlepšovať.
7. Deťom pomáhajú pri reflexii a spätnej väzbe „štartovacie vety“. Sú to vybrané vety z množiny pomocných otázok k reflexii a začiatkov viet k spätnej väzbe. „Štartovacie vety“ som vytlačila a zalaminovala pre každého žiaka. Majú ich po ruke a uložené v peračníku na lavici.
8. Skúsenosť s odmietnutím reflexie žiaka. V triede je 15 žiakov, na súťaž v atletike som potrebovala 6 dievčat a 6 chlapcov. Dvaja boli chorí a



jedného z chlapcov som musela zo športovania vyradiť. Mohol s nami ísť iba ako divák. Ktorého? Povedala som pred triedou „problém“ a dala otázku: „Ako by sme mohli problém vyriešiť?“ Tomáš (inak veľký športovec) sa prihlásil: „Ja sa toho vzdám a pôjdem ako divák“. Videla som, že je to pre neho veľmi ťažké. Ráno pred odchodom som videla, ako mamička s ním rieši, či si má zobrať so sebou športové oblečenie a desiatu. Tomáš sa správal celkom netypicky. Videla som, že s blížiacou sa súťažou si nie je istý, či urobil správne. Vyzeralo to, že svoje rozhodnutie ľutuje. Tomáš si „naložil“ na seba viacej, ako uniesol. Pri reflexii k celej akcii Tomáš povedal, sa nechce vrátiť k situácii.

9. Skúsenosť s triednou učiteľkou, supľujúcou učiteľkou a žiakmi v role učiteľov, ktorú som prežila počas jedného týždňa. Tri dni som učila ja, jeden deň za mňa supľovala iná učiteľka a dvojhodinovku telesnej výchovy viedli dvaja žiaci a ja som bola ich žiačkou 😊. Prvé tri dni, kedy som učila ja, sme zreflektovali atmosféru v triede. Záver? Pravidlá dodržiavame s občasnými výkyvmi, ale pracujeme na tom. Myslím, že sa nám darí zlepšovať sa. Supľujúcu učiteľku som poprosila o písomnú spätnú väzbu. Končil sa vetou: Decká boli super, cítila som sa v triede Včiel veľmi dobre! To bol priamo skok oproti minulým skúsenostiam. Na hodine TV som si vymenila rolu s dvoma chlapcami. Jeden viedol prvú časť hodiny - opičiu dráhu a druhý futbalový blok. Rešpektovať "učiteľov" sa niektorým deťom vôbec nedarilo. Jeden „učiteľ“ sa dokonca z bezmocnosti rozplakal. Po tejto hodine sme zreflektovali atmosféru medzi športovcami a došli sme k záverom:

- a) Keď žiaci rešpektujú triedneho učiteľa a pravidlá triedy, je to základ tvorivej a príjemnej atmosféry v triede.
- b) Keď rešpektujú učiteľa, ktorý príde supľovať do triedy, je to znakom uvedomelosti detí.
- c) Ak sa žiaci rešpektujú navzájom, to je už takmer dokonalosť. Na tom musíme ešte veľa pracovať.

