

KONCOROČNÉ SEBAHODNOTENIE

Na konci školského roka je dobré na chvíľu sa zastaviť a pozrieť sa späť. **Zamyslite sa nad tým, čo ste za posledné mesiace zažili, naučili sa alebo zvládli.**

Sebahodnotenie znamená, že sa učíme premýšľať o sebe a o svojej práci. Nie preto, aby sme sa kritizovali, ale aby sme si uvedomili a všimli to, čo sa nám podarilo, v čom sme sa zlepšili a čo nám pomohlo posunúť sa ďalej. Niektorí sa naučili lepšie čítať, písať alebo počítať. Iní si našiel nového kamaráta, pomohol spolužiakovi, prekonal strach, dokončil náročnú úlohu alebo sa odvážil skúsiť niečo nové. Možno ste si ani nevšimli, koľko vecí ste počas roka zvládli. Práve preto je užitočné si ich pomenovať. Pri sebahodnotení si môžeme všimnúť aj veci, ktoré sa nám nepodarili tak, ako sme chceli. Aj to je v poriadku, pretože z chýb sa učíme. Takto sa učíme lepšie spoznávať sami seba. Zistujeme, čo nám ide, čo nás baví, čo je pre nás náročné a v čom by sme sa chceli ďalej zlepšovať.



MŮJ
SEBAHODNOTIACI
HÁROK

Odpovedajte na päť sebahodnotiacich otázok.

1. NA ČO STE TENTO ROK NAJVIAC HRDÍ?

2. ČO NOVÉ STE SA NAUČILI ALEBO VYSKÚŠALI?

3. KEDY STE NIEKOMU POMOHLI ALEBO UROBILI RADOŠŤ?

4. ČO VÁM NEŠLO PODĽA PREDSTÁV A ČO SA Z TOHO DÁ NAUČIŤ?

5. ČO BY STE CHCELI V BUDÚCOM ROKU SKÚSIŤ ALEBO ZLEPŠIŤ?