Рабочий лист · Student Wyckoff · Свой день

Дневник достижений: записывайте свидетельство

Дата публикации: 2026-10-25

Достижением может быть не только большая победа. Подойдёт завершённый пример, заданный вовремя вопрос или возвращение к делу после пропуска. Укажите действие и признак результата. Для ребёнка запись может быть короткой и сопровождаться рисунком; сравнивайте его с собственным прежним шагом, а не с чужим рейтингом.

Имя / проект: _____

Заполните пустые строки собственными примерами.

Дата	Что сделал	Что получилось	Чему научился	Следующий шаг
Пример: понедельник	Сам решил две задачи	Оба решения проверены	Во второй задаче заметил лишнее действие	Попробовать ещё один пример

Источники

- The Open University - Reflective learning https://help.open.ac.uk/strategic-study-techniques/reflective-learning
- UC Berkeley Greater Good in Action - Gratitude Journal https://ggia.berkeley.edu/practice/gratitude_journal

- APA Dictionary of Psychology - Self-reflection
  https://dictionary.apa.org/self-reflection
- The Open University - What is reflection?
  https://www.open.edu/openlearn/education-development/learning-how-learn/content-section-9.2
- И. Н. Семенов, К. С. Серегин - Рефлексивность личности и мышления субъекта, НИУ ВШЭ
  https://publications.hse.ru/chapters/751517696