

Marcin Stanowski

# Zeszyt ćwiczeń

- ✓ Przegląd teorii motywacji
- ✓ Psychologiczne aspekty uczenia i nauczania
- ✓ Budowanie autonomii ucznia
- ✓ Budowanie motywacji poprzez działania na lekcji
- ✓ Budowanie motywacji poprzez działania pozalekcyjne



Redakcja merytoryczna  
**Anna Gębka-Suska**

Analiza merytoryczna  
**Justyna Maziarska-Lesisz**  
**Elżbieta Witkowska**

Recenzja  
**dr Barbara Muszyńska**

Redakcja językowa i korekta  
**Żeliszaw Żeliszawski**

Projekt graficzny, projekt okładki  
**Wojciech Romerowicz, ORE**

Skład i redakcja techniczna  
**Joanna Suska**

Projekt motywu graficznego „Szkoly ćwiczeń”  
**Aneta Witecka**

**ISBN 978-83-65890-00-9** (*Zestawy materiałów dla nauczycieli szkół ćwiczeń – języki obce*)

**ISBN 978-83-65890-13-9** (*Zestaw 4, Rozwijanie motywacji do nauki języka obcego na przykładzie języka angielskiego*)

**ISBN 978-83-65890-16-0** (Zeszyt 3)

Warszawa 2017

Ośrodek Rozwoju Edukacji  
Aleje Ujazdowskie 28  
00-478 Warszawa  
[www.ore.edu.pl](http://www.ore.edu.pl)

Publikacja jest rozpowszechniana na zasadach wolnej licencji Creative Commons –  
Użycie niekomercyjne 3.0 Polska (CC-BY-NC).

# Spis treści

<b>Wprowadzenie</b>	<b>4</b>
<b>FAQ</b>	<b>4</b>
<b>Co zapamiętałeś?</b>	<b>5</b>
<b>Pytania do przemyślenia</b>	<b>5</b>
<b>Pytania do dyskusji</b>	<b>7</b>
<b>Zadania rozwijające</b>	<b>7</b>
Przegląd teorii motywacji	7
Motywacja do nauki a piramida potrzeb Maslowa	8
Motywacja wewnętrzna i zewnętrzna	9
Teoria wzmocnienia	9
Motywacja według Carol Dweck	12
Stan przepływu flow	13
Psychologiczne aspekty pracy nauczyciela	13
Rola filtru afektywnego i lęku w uczeniu się języka	13
Wyuczona bezradność intelektualna	13
Nauczyciel jako coach językowy	14
Dynamika grupy a motywacja ucznia	14
Motywacja a sprawność działania	15
Motywacja a procesy poznawcze	16
Budowanie autonomii ucznia	16
Postawa nauczyciela a poziom motywacji uczniów	16
Budowanie motywacji poprzez działania na lekcji	18
Budowanie motywacji poprzez działania pozalekcyjne	19
Przykłady dobrych praktyk	19
Wypróbuj sam	22
Inni nauczyciele a rozwijanie motywacji	23
Twoja szkoła a rozwijanie motywacji	23
Rodzice a rozwijanie motywacji	23
Motywacja nauczyciela	24
Motywacja w świetle nauki o mózgu	24
<b>Pytania do dyskusji</b>	<b>25</b>
<b>Inspiracje</b>	<b>26</b>
Książki i artykuły	26
Strony internetowe	26
<b>Spis rycin</b>	<b>27</b>



## Wprowadzenie

W tym „Zeszycie ćwiczeń” znajdziesz pytania, zadania, przykłady dobrych praktyk i inspiracje, jak rozwijać motywację do nauki języka obcego. Zwróć uwagę, że nie mówimy tu o „motywowaniu uczniów”, co wskazywałoby, że jest to czynność zależna głównie od nauczyciela, a uczeń jest podmiotem takich działań. Przez określenie „jak rozwijać motywację ucznia” zwracamy twoją uwagę na potrzebę dążenia do wzmacniania wewnętrznej motywacji ucznia i jego autonomii.

W zmaganiu się z zaprezentowanymi zadaniami będzie cię wspierał Mentor. Pamiętaj, że od waszej współpracy może zależeć twoja skuteczność jako nauczyciela. Twój Mentor to już doświadczony nauczyciel i z pewnością jest skarbnicą wiedzy, zwłaszcza jeśli chodzi o organizację pracy i relacje z uczniami. Wprowadzi cię także w arkana pozadydaktycznej pracy nauczyciela. Ty z kolei prawdopodobnie dysponujesz świeżo nabytą wiedzą i innym spojrzeniem na metody nauczania i podejście do uczniów. Macie więc sobie nawzajem wiele do zaoferowania. Możecie się nawzajem motywować i inspirować do wypróbowania nowych ćwiczeń, podejmowania nowych wyzwań.

Wspomniane zadania w tym zeszytce odpowiadają kolejnym rozdziałom w „Teorii w pigułce”, aby zapewnić możliwość sprawdzenia i utrwalenia treści tam zawartych. A dotyczą one głównie, opartych na naukowych dowodach, teorii uczenia się i motywacji, a także dydaktyki wspierającej procesy poznawcze człowieka. Niektóre z zadań wymagają refleksji, niektóre obserwacji zajęć lub specyficznych działań z twojej strony. Mentor udzieli ci wsparcia w momentach, gdy będziesz musiał zmierzyć się z nowymi wyzwaniami i trudnościami. To właśnie przekraczając własne ograniczenia i wyznaczając nowe cele wszyscy uczymy się skuteczniej!

## FAQ

### **Jak należy rozumieć dynamikę klasy?**

Dynamika klasy odnosi się do sieci relacji między uczniami i nauczycielem oraz ich wzajemnego wpływu. Wpływ ten może być zarówno pozytywny, jak i negatywny, może być uogólniony lub dotyczyć poszczególnych aspektów życia. Wreszcie dynamika grupy odzwierciedla proces jej powstawania i wewnętrzną hierarchię.

### **Co to jest fixed mindset?**

Sztywne nastawienie mentalne. Osoby z fixed mindset postrzegają inteligencję i swoje talenty jako cechy stałe i niezmiennie (jako część siebie), co blokuje ich zdolność do rozwijania umiejętności.



### Co to jest growth mindset?

W przeciwieństwie do fixed mindset ten termin oznacza postrzeganie inteligencji i talentów jako cech, które można kształtować i rozwijać.

### Co to jest stan flow?

To stan, w którym emocje są powściągnięte i ujęte w jeden strumień, opatrzone znakiem dodatnim, pobudzone i nakierowane na wykonywane w danej chwili zadanie, to odczucie pełnego odprężenia pomimo pracy, zatracenie poczucia czasu i rzeczywistości.

### Jak rozumieć termin: autonomia ucznia?

Według Hanny Komorowskiej, autonomia ucznia to zdolność wykonywania zadań samodzielnie, indywidualnie czy w grupie w nowym kontekście (w innym niż wyuczonym), nieszablonowo, elastycznie, różnie w zależności od rodzaju zadania.

## Co zapamiętałeś?

1. O czym mówi prawo Yerkesa–Dodsona?
2. Czym może być spowodowana wyuczona bezradność intelektualna?
3. Jak tłumaczy motywację Carol Dweck?
4. Jak tłumaczy motywację teoria wzmocnienia?
5. Na co zwraca uwagę teoria potrzeb Masłowa?
6. O czym mówi wewnątrzsterowność?
7. Co to jest filtr afektywny?
8. Jak można obniżyć lęk językowy?
9. Jak rozwijać autonomię ucznia?

## Pytania do przemyślenia

Zapoznaj się z listą wskazówek opartą na artykule *Jak motywować uczniów do nauki* (opublikowanym [na stronie poradni psychologiczno-pedagogicznej w Strzelinie](#)). Stanowią one swoiste podsumowanie tego, co psychologia różnic indywidualnych i psychologia poznawcza, a także praktyka nauczycielska, wiedzą na temat rozwijania motywacji ucznia. Oceń w skali od 1 do 6, jak wiernie stosujesz się do tych wskazówek.



Głos nauczyciela	Pasja nauczyciela	Relacja z uczniem	Nauczyciel coachem
<p>Mów jasno, głośno, wyraźnie.</p> <p>Dbaj o właściwe tempo mówienia.</p> <p>Mów z zapałem.</p>	<p>Przekonaj ucznia, że naprawdę lubisz uczyć.</p> <p>Nie nudź!</p> <p>Stosuj różne metody nauczania – bądź nieszablonowy i ekscytujący.</p> <p>Okazuj mu swoje pozytywne odczucia.</p> <p>Bądź swobodny, baw się razem z uczniem podczas nauki.</p>	<p>Okazuj mu zaufanie.</p> <p>Dbaj o potrzeby fizyczne ucznia.</p> <p>Wierz w jego możliwości.</p> <p>Bądź dla niego oparciem.</p> <p>Nie oszukuj go.</p> <p>Dotrzymuj przyrzeczeń.</p> <p>Nie przerywaj, kiedy on mówi.</p> <p>Słuchaj uważnie, upewniając się, że dobrze rozumiesz.</p>	<p>Wyraźnie określ cele.</p> <p>Pokaż korzyści.</p> <p>Jeśli coś się mu nie uda, zrozum go, ale nie okazuj litości.</p> <p>Zachęcaj do dalszej pracy.</p> <p>Zachęcaj go do chwaleń się kolejnymi osiągnięciami.</p> <p>Chwal go regularnie w oparciu o to, co zrobił.</p> <p>Mów mu często, jak podoba ci się jego praca, doceniaj go.</p>

Warsztat pracy nauczyciela	Kompetencje kluczowe	Autonomia
<p>Bądź przygotowany do lekcji. Dobrze organizuj lekcje.</p> <p>Rób duże, przejrzyste i łatwe do oglądania pomoce naukowe.</p> <p>Ogranicz do minimum czynniki rozpraszające uwagę.</p> <p>Kończ lekcje w takim momencie, żeby miał uczucie niedosytu.</p>	<p>Odnos do rzeczywistości to, czego uczysz – niech praktyka uzupełnia teorię.</p> <p>Zachęcaj do krytycznego myślenia.</p>	<p>Pozwól mu kontynuować swoją myśl na jego sposób.</p> <p>Rozwijaj jego samodzielność. Pokaż mu, że jesteś człowiekiem omylnym i popełniającym błędy.</p> <p>Pomóż mu rozwinąć strategię pamięciowe.</p> <p>Udzielaj odpowiedzi na najtrudniejsze pytania.</p>



## Pytania do dyskusji

- Od czego zależy, czy twoi uczniowie zapamiętają materiał z lekcji?
- Dlaczego emocje mają kluczowe znaczenie w rozwijaniu motywacji uczniów?
- Czy ocenianie wspierające (kształtujące) powinno być obowiązkowe? Dlaczego?
- Czy uczniowie powinni być chwaleni? Jeśli tak, to jak?

## Zadania rozwijające

### Przegląd teorii motywacji

#### ZADANIE 1.

Zastanów się i napisz poniżej jakie były/są twoje motywy do nauki języka obcego?

#### ZADANIE 2.

Reykowski wymienia trzy warunki powstania motywu działania, które można przedstawić w postaci funkcji:

$$M = f(N, G, Ps)$$

gdzie:

**M** – Siła motywu.

**N** – Napięcie motywacyjne związane z niezaspokojeniem potrzeby.

**G** – Wartość gratyfikacyjna (dla danej osoby), czyli czynnik, który potrzebę może zaspokoić.

**Ps** – Subiektywne prawdopodobieństwo osiągnięcia nagrody lub uniknięcia kary.

(Reykowski, 1970).

Odnieś się do wspomnianych niezbędnych warunków powstania motywu, przekładając punkty **N**, **G**, **Ps** na praktykę szkolną.

#### ZADANIE 3.

Przeprowadź ankietowe badanie zainteresowań uczniów. Pokaż Mentorowi przeprowadzone ankiety i wspólnie przygotujcie ranking **a) treści, b) ćwiczeń, c) form pracy, d) metod pracy** na lekcjach, które będą najlepiej wpływały na rozwój motywacji dla danej klasy, w danym momencie, na określonym etapie edukacyjnym (pamiętaj, że to, co motywuje dzisiaj twoją klasę, nie musi motywować jutro klasy twojego Mentora).

#### ZADANIE (DOBRA PRAKTYKA) 4.

Wspomniane badanie ankietowe możesz także przeprowadzać regularnie, na koniec semestru lub roku szkolnego, przy okazji ewaluacji swojej pracy przez uczniów. Spójrz na poniższy przykład ankiety ewaluacyjnej. Z jakich pytań zrezygnujesz? Jakie pytania dodasz?



Uczniowie! Pragnę poznać waszą opinię na temat nauczania języka angielskiego. Kwestionariusz, który proponuję ma charakter anonimowy. Zakreśl proszę wszystkie odpowiedzi, które uważasz za słuszne oraz krótko opisz własne spostrzeżenia.

- Czy bierzesz udział w zajęciach języka angielskiego poza szkołą? Jeśli tak opisz krótko dlaczego.  
**NIE**
- Czym różnią się zajęcia szkolne od zajęć w prywatnej szkole językowej/ na korepetycjach?  
*na korepetycjach można pracować z nauczycielem indywidualnie, co przyspiesza pracę*
- Dlaczego uczysz się języka obcego?  a) muszę c) chcę zdać maturę e) chcę dostać dobrą pracę  
 b) chcę wyjechać za granicę d) taka jest moda f) nauka języków przychodzi mi łatwo
- Czy uważasz, że nauczanie języków obcych to proces  a) skomplikowany  b) ciekawy  c) długotrwały d) nudny
- Czy masz problemy z przyswajaniem języka obcego?  a) nie mam kłopotów b) średnio c) mam kłopoty
- Jeśli tak, co sprawia ci największą trudność? a) gramatyka c) płynne mówienie e) czytanie ze zrozumieniem  
b) nauka słówek d) wypowiedzi pisemne  f) rozumienie ze słuchu g) inne .....
- Z czego wynikają te trudności?  
a) nie mam zdolności językowych d) nie rozumiem materiału  
 b) nie uczę się systematycznie e) nauczyciel nie potrafi dobrze wyjaśnić  
c) nie uważam na zajęciach f) inne .....
- Co jeszcze wpływa na twoje problemy w nauce?  
*moje lenistwo*  
 a) ilość osób w grupie d) atmosfera na zajęciach  
b) poziom języka w grupie e) brak odpowiedniej motywacji  
c) ilość godzin tygodniowo f) inne .....
- Jakbyś ocenił prowadzone lekcje?  
 a) atrakcyjne  c) zrozumiałe e) nudne g) niezrozumiałe  
 b) urozmaicone d) zmuszające do myślenia f) monotonne h) stresujące
- Jak jesteś oceniany na języku obcym?  
 a) aktywność na zajęciach d) odpowiedzi ustne f) prace domowe  
 b) kartkówki  c) prace dla chętnych  e) sprawdziany  g) wój komentarz *prace pisemne*
- Jak nauczyciel motywuje cię do nauki?  a) ocenia zaangażowanie na zajęciach c) systematycznie sprawdza prace  
b) zadaje zadania dodatkowe d) inaczej .....
- Które aktywności pomagają ci w nauce języka najbardziej?  
 a) czytanie autentycznych tekstów d) słuchanie autentycznych wypowiedzi  
b) odgrywanie scenek / dialogów e) tworzenie wypowiedzi pisemnych  
 c) gry i zabawy językowe  f) programy multimedialne g) inne .....
- Co ci się podoba na zajęciach języka obcego najbardziej?  
*czytanie*
- Co ci się nie podoba?  
*ćwiczenia z gramatyki; drogie podręczniki*
- Co chciałbyś zmienić na lekcji?  
Lekcje powinny *odbywać się częściej na dworze*  
Uczniowie powinni *częściej się odzywać*  
Powinno być mniej / więcej .....
- Czego oczekujesz ze strony nauczyciela?  
*lekkiego podejścia do ucznia*
- Od czego, Twoim zdaniem, zależy sukces na lekcji języka obcego?  
 a) zaangażowanie ucznia  c) prowadzenie lekcji przez nauczyciela  
 b) wkład pracy obu stron d) inne .....
- Co mogę zrobić, aby lepiej motywować Cię do nauki?  
*Z moją motywacją nie zostały magry i podimmarz  
coś zrobić tylko ja i*

Ryc. 1. Ankieta ewaluacyjna – odpowiedzi uczniów

## Motywacja do nauki a piramida potrzeb Masłowa

### ZADANIE 5.

Przed każdą lekcją upewnij się, że sala lekcyjna jest wywietrzona. Nie przynos do klasy jedzenia lub napojów o intensywnych zapachach. Zwróć uwagę na zasady panujące w szkole, w której uczysz, dotyczące spożywania posiłków czy żucia gumy. Jeśli pozwalasz na to na swojej lekcji, dopytaj uczniów, czy im to przeszkadza. Jeśli zauważysz, że twój uczeń ma trudność w utrzymaniu koncentracji, nie zakładaj, że spowodowane jest to prowadzoną przez ciebie lekcją.

Zastanów się, jakie inne okoliczności mogą mieć wpływ na samopoczucie twojego ucznia?

### ZADANIE 6.

Rozmawiałem z uczniami klasy I szkoły podstawowej o różnych powodach, dla których warto jest uczyć się języka angielskiego.

Kilku wychowanków powiedziało, że chciałoby podróżować, a dzięki językowi łatwiej jest się „dogadać”. Kontynuując rozmowę zapytałem jedną z uczennic: „A ty?”. Dziewczynka odparła z rozbijającą szczerością: „Ja bym chciała pączka”.

Jak powyższa sytuacja może pomóc w zrozumieniu motywacji u młodych uczniów?





## Motywacja wewnętrzna i zewnętrzna

### ZADANIE 7.

Od kilku dni, dzień po dniu, pod mój dom przychodzili trzej chłopcy. Ich sposobem na spędzenie czasu było siedzenie na ławeczce, wygrzebywanie małych kamyków z ziemi i rzucanie nimi w blaszany dach mojego domu. Zwłaszcza jedno miejsce, blisko okna dachowego, dawało najczystszy dźwięk. Nic dziwnego, że zafascynowani chłopcy mierzyli właśnie tam. Metr od mojego biurka po drugiej stronie dachu. Sprawiało im to dużą przyjemność, mnie już mniej. Postanowiłem zepsuć im tę „radochę”.

Któregoś dnia, w chwili gdy chłopcy leniwie schodzili się pod mój dom, ja zszedłem po schodach na dół, żeby każdemu z nich zapłacić po 5 złotych za to, aby rzucali w mój dach chociaż przez pół godziny. Z początku byli zdumieni, ale potem przystali na taką umowę, tym bardziej, że teraz ktoś płacił im za to, co lubili robić.

Po tygodniu, gdy przyszli pod mój dom, oznajmiłem im, że niestety kończą mi się pieniądze i teraz stać mnie, aby zapłacić im jedynie połowę tego, co wcześniej. Chłopcy byli wyraźnie zawiedzeni, ale zgodzili się na taką zapłatę. Za kilka następnych dni powitałem ich ze smutną miną, mówiąc, że trochę się przeliczyłem i od dzisiaj mogę im zaoferować tylko 1 złoty za pół godziny na głowę. Chłopcy zgodnie oznajmili, że za tyle, to im się nie opłaca. Nigdy więcej już nie przyszli.

Co z powyższego opowiadania (zasłyszane) można wywnioskować na temat motywacji wewnętrznej i zewnętrznej?

## Teoria wzmocnienia

### PYTANIE 8.

Po co oceniamy? Jakie są cele oceniania?

### ZADANIE 9.

Wielu nauczycieli, zwłaszcza pracujących z młodymi uczniami, z powodzeniem wykorzystuje wszelkiego rodzaju nagrody za sprostanie wymaganiom, osiągnięcie określonych celów. Jak już wspomniano, młodzi uczniowie powinni otrzymywać informację zwrotną o swoich osiągnięciach bez zbędnej zwłoki. Nagrody zatem mogą być wyjątkowo skuteczne. Jest to jednak pojęcie bardzo pojemne.

Podaj przykłady nagród materialnych i niematerialnych dla młodych uczniów:

Nagrody materialne	Nagrody niematerialne



Jakie nagrody materialne i niematerialne możesz zastosować dla uczniów szkół średnich?

Nagrody materialne	Nagrody niematerialne

### ZADANIE 10.

W poprzednim zadaniu zastanawiałeś się nad możliwościami wykorzystania nagród materialnych i niematerialnych. Od początku swojego życia każdy człowiek uczy się zwracać uwagę na najmniejsze oznaki uśmiechu i aprobaty. W każdej kulturze podstawowe emocje są odczytywane bezbłędnie przez znakomitą większość członków danego społeczeństwa. Ma to ogromne znaczenie ewolucyjne. Mamy tendencje, aby odzwierciedlać te emocje, które obserwujemy u innych. Uczeń, który widzi, że patrzymy na niego z \_\_\_\_\_, będzie przekonany, że wykonał \_\_\_\_\_ robotę.

Spójrz na zdjęcie poniżej i zdecyduj, jakich słów brakuje w powyższym zdaniu.



Ryc. 2. To, jak patrzymy na kogoś, mówi więcej niż słowa

**ZADANIE 11.**

Czy ocena negatywna rzeczywiście motywuje do działania? Czy każda informacja zwrotna pobudza motywację? Spójrz na poniższy test i odpowiedz, jak można inaczej ocenić tę pracę.

The image shows a student's handwritten work on a grid background. The work is organized into two columns of numbers and ordinal numbers. The left column contains cardinal numbers from one to twenty, and the right column contains ordinal numbers from first to fiftieth. The student has written '1' next to most numbers. There are several corrections and annotations in red ink:

- On the left column, 'two' is crossed out and 'two\*' is written above it.
- On the right column, 'fourth' is crossed out and 'fourth' is written above it.
- 'fifth' is crossed out and 'fifth' is written above it.
- 'ninth' is crossed out and 'ninth' is written above it.
- 'tenth' is crossed out and 'tenth' is written above it.
- 'twelfth' is crossed out and 'twelfths' is written above it.
- 'fourteenth' is crossed out and 'fourteenth' is written above it.
- 'sixteenth' is crossed out and 'sixteenth' is written above it.
- 'eighteenth' is crossed out and 'eighteenth' is written above it.
- 'twentieth' is crossed out and 'twentieth' is written above it.
- 'fourty' is crossed out and 'forty' is written above it.
- 'fiftieth' is crossed out and 'fiftieth' is written above it.

Additional red annotations include:

- 'Jedynki' (ones) written vertically next to the first column.
- 'piszemy' (we write) written vertically next to the second column.
- 'sylbis' (syllables) written vertically next to the second column.
- 'do' (to) written vertically next to the second column.
- 'o co proszę!' (what do I ask for!) written vertically next to the second column.
- '0,5' written next to 'twelve' and 'fifteen' in the left column.
- '18/25' and '4-8.' written in a circle at the bottom right.

Ryc. 3. Kartkówka Jędrzeja z oceną i uwagami naniesionymi przez nauczyciela

Jakiej innej informacji zwrotnej nauczyciel mógł udzielić? Jakie mogą być powody, że tego nie zrobił? Jędrzej po otrzymaniu tej pracy oznajmił rodzicom, że nie chce się już uczyć



angielskiego. Dlaczego? Czy ocena bez takiej informacji zwrotnej odniosłaby taki sam skutek? Czy taka informacja zwrotna bez oceny zadziałałaby motywująco?

### ZADANIE 12.

Na podanych kontynuacjach postaw kropkę, w zależności od tego, co bardziej charakteryzuje twój proces oceniania uczniów:

sumujące \_\_\_\_\_ kształtujące

kryterialne \_\_\_\_\_ holistyczne

obiektywne \_\_\_\_\_ intuicyjne

Jak w praktyce przejawiają się twoje preferencje dotyczące stylu oceniania, np.:

- Czy przywiązujesz dużą wagę do ocen?
- Jak skrupulatnie oceniasz poprawność gramatyczną?
- Czy posługujesz się szczegółowym systemem punktowym?

### PYTANIE 13.

Jakie są trzy podstawowe funkcje oceny według Iwony Kopaczyńskiej (2004)?

- dydaktyczna – ocena jest miernikiem wyników ucznia, jego osiągnięć;
- społeczna – wskazanie pozycji ucznia w klasie i czynnik kształtujący jego relacje z grupą;
- wychowawcza – oddziaływanie na uczucia i wolę ucznia.

Podaj przykłady sytuacji ukazujących różne funkcje ocen.

### PYTANIE 14.

Kiedy i jak przedmiotowe zasady oceniania mogą wpływać na motywację?

## Motywacja według Carol Dweck

### ZADANIE 15.

Według Carol Dweck, twórczyni teorii „fixed mindset vs open/growth mindset”, nie należy chwalić osoby za jej inteligencję, a raczej za jej działanie, poświęcony czas i włożony wysiłek. Gdy następnym razem będziesz chwalić ucznia, skup się na jego działaniu:

#### **pochwała**

Zamiast: „jesteś dzielny”, powiedz...

#### **nagana**

Zamiast: „jesteś leniwy”, powiedz...

**Twoja odpowiedź:****pochwała**

Zamiast: „jesteś dzielny”, ...

**nagana**

Zamiast: „jesteś leniwy”, ...

## Stan przepływu flow

**ZADANIE 16.**

Teorię flow opracował Mihaly Csikszentmihalyi. Zakłada ona, że ludzie pracują najefektywniej, gdy są całkowicie pochłonięci pracą nad zadaniem, które ich pasjonuje, skupiają uwagę na procesie, a nie na celu i gdy umiejętności potrzebne do wykonania zadania są w obrębie ich strefy najbliższego rozwoju.

- Przeczytaj [wywiad z autorem teorii](#) i krótko opisz warunki, w jakich twoi uczniowie mogą osiągnąć „stan uskrzydlenia”.
- W wywiadzie tym, w odpowiedzi na pytanie trzecie, o to, na jakich szkolnych zajęciach uczniowie mają szansę osiągnąć wspomniany stan, Csikszentmihalyi sugeruje, że są to zajęcia pozalekcyjne związane z zainteresowaniami uczniów. Zaproponuj dwa przykłady takich zajęć, które mógłbyś przeprowadzić w swojej szkole.

**ZADANIE 17.**

Obejrzyj [fragment lekcji języka angielskiego](#).

- Co robi Kuba?
- Dlaczego?
- Jakie warunki musiały zostać spełnione, aby mógł mieć tu miejsce stan flow?

## Psychologiczne aspekty pracy nauczyciela

### Rola filtru afektywnego i lęku w uczeniu się języka

**PYTANIE 18.**

W jaki sposób możesz kreować na swoich zajęciach dobry „klimat klasowy”, przyczyniający się do obniżania filtru afektywnego?

Możesz skorzystać z [artykułu prof. dr hab. Danuty Gabryś-Barker](#).

### Wyuczona bezradność intelektualna

**ZADANIE 19.**

Poniższe punkty dotyczą ucznia, który zrezygnował z podejmowania kolejnych prób nauczania się określonego materiału, a może nawet języka obcego w ogóle:



- uczeń woli unikać niepowodzeń, niż zaryzykować utratę twarzy;
- brakuje mu wiary, że może osiągnąć sukces;
- brakuje mu wiary w siebie, we własne zdolności;
- przeżywa lęk, utrudniający skupienie się na zadaniu;
- środowisko rodzinne nie wspiera go w nauce.

Jakie zachowania a) ucznia, b) nauczyciela, c) otoczenia (kolegów, rodziny), mogły doprowadzić ucznia do wyuczzonej bezradności?

**Twoja odpowiedź:**

- uczeń:
- nauczyciel:
- otoczenie (rodzina):

## Nauczyciel jako coach językowy

### ZADANIE (DOBRA PRAKTYKA) 20.

Na wcześniejszych zajęciach poleć uczniom zastanowić się nad ich planami na przyszłość. Poproś, aby przemyśleli, jak znajomość języka obcego może wpłynąć na realizację ich zamierzeń.

Następnie na kolejnej lekcji poproś swoich nastoletnich uczniów o przygotowanie kartki papieru formatu A4. Poproś, aby podzielili ją na 3 części. W pierwszej części uczniowie piszą 3 zdania opisując, co osiągną w najbliższych 3 latach. W drugiej części uczniowie zapisują kolejne 3 zdania o tym, co osiągną w ciągu 6 lat od chwili obecnej. W końcu, w ostatniej części, uczniowie piszą, jak będzie wyglądało ich życie za 9 lat.

Jakich struktur gramatycznych mogą użyć uczniowie do realizacji tego ćwiczenia? Jakie znaczenie dla motywacji może mieć ćwiczenie tego typu?

### ZADANIE (DOBRA PRAKTYKA) 21.

Zachęcaj uczniów do planowania swojego procesu uczenia się. Pamiętaj o zasadach ustalania celów SMART. Możesz zaprezentować uczniom ten sposób pracy z zamierzeniami jako element ćwiczenia gramatycznego lub w ćwiczeniu sprawności receptywnych. Jedną z innych technik planowania jest posługiwanie się tzw. bullet journal. Na blogu [„Projekt Wzorcoffnia”](#) możesz zapoznać się z metodyką pracy z dziećmi nad celami.

Jak twoi uczniowie mogliby skorzystać z takiej lekcji?

## Dynamika grupy a motywacja ucznia

### PYTANIE 22.

W dużych firmach pracownicy biorą, przeważnie raz w roku, udział w wyjazdach integracyjnych, gdzie często partycypują w aktywnościach umacniających zespół.



Jakie ćwiczenia/zadania w klasie językowej mogą być odpowiednikiem takich „sesji budowania zespołu”?

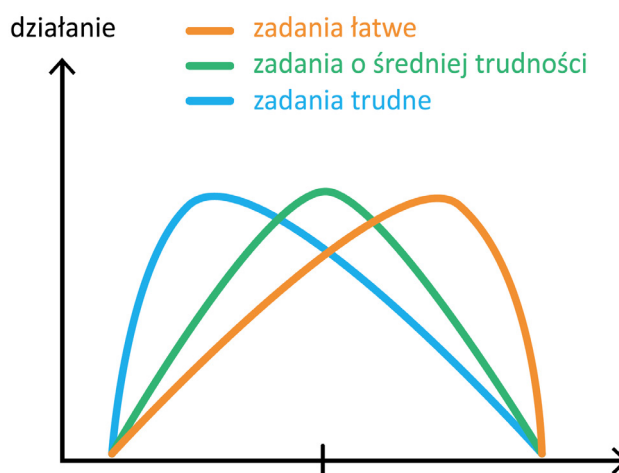
### PYTANIE 23.

Podaj dziesięć ćwiczeń, których używałeś lub używasz na początku roku szkolnego, aby uczniowie lepiej się poznali (ice-breakers).

## Motywacja a sprawność działania

### ZADANIE 24.

Przeanalizuj wykres ilustrujący poznane w części teoretycznej prawo Yerkesa–Dodsona. Jakie wnioski z analizy tych krzywych płyną dla nauczyciela w kontekście intensywności pobudzania motywacji uczniów i ich osiągnięć?



Ryc. 4. Krzywa ilustrująca prawo Yerkesa-Dodsona

### ZADANIE 25.

Przeczytaj zdania nawiązujące do prawa Yerkesa–Dodsona. Oceń, które są prawdziwe, a które fałszywe.

Stwierdzenia o prawie Yerkesa-Dodsona	P/F
Mierz siły na zamiary.	P
Zadania łatwe są dobrze wykonane nawet wtedy, gdy poziom pobudzenia emocjonalnego jest bardzo niski.	
Uczenie się łatwego materiału na ostatnią chwilę ma sens.	
Im trudniejsze jest zadanie, przed którym stoimy, tym niższy jest poziom optymalnego pobudzenia.	



Stwierdzenia o prawie Yerkesa-Dodsona	P/F
Wykonywania zadań trudnych jest szybko upośledzane przez wysoki poziom pobudzenia.	
Gdy jesteś zdenerwowany przed nadchodzącym testem, wypicie napoju energetycznego dobrze wpłynie na proces przyswajania wiedzy.	

## Motywacja a procesy poznawcze

### ZADANIE 26.

Zadania, które stawiasz przed uczniami powinny być zróżnicowane, aby ich nie znużyć. Powinny również być wyzwaniem poznawczym. Przeanalizuj poniższy fragment lekcji, który zawiera ćwiczenie oparte na zagadkach logicznych.

Z czego wynika wartość motywacyjna takich ćwiczeń?

## Budowanie autonomii ucznia

### Postawa nauczyciela a poziom motywacji uczniów

#### ZADANIE 27.

W oparciu o własne doświadczenia i lekturę części teoretycznej, napisz, jakie zachowania nauczyciela wspierają uczniów w budowaniu autonomii uczenia się.

#### ZADANIE 28.

„Stawianie stopni szkolnych jest przeceniane, a udzielanie użytecznych rad i uczenie się są niedoceniane” (Black, Wiliam, 1998).

Przekazywanie informacji zwrotnej ma kluczowe znaczenie w rozwijaniu motywacji, ponieważ daje uczniowi wgląd w jego dotychczasowe osiągnięcia i pozwala wyznaczyć cele dotyczące dalszej nauki. Zatem informacja zwrotna ma charakter otwierający. Inaczej jest z ocenianiem. Fakt otrzymania oceny wieńczy proces uczenia się. Uczniowi trudniej jest zgodzić się z otrzymaniem niskiej oceny, bo jest ona jedynie symbolem i nie wskazuje kierunku rozwoju, tak jak informacja zwrotna. Spójrz na poniższą charakterystykę skutecznej informacji zwrotnej i uzupełnij luki następującymi wyrazami (poprawnie je odmień). Podane są również dwa wyrazy, które nie pasują do żadnej luki:

**percepcja/konkretny/pochwała/ważniejszy/motywacja/dlaczego/fakty/cel/zły**

1. Powinna dotyczyć \_\_\_\_\_ cech zadania i zawierać sugestie, jak lepiej je wykonać.
2. Powinna skupiać się na „co, jak, \_\_\_\_\_” (związane z określonym zadaniem),
3. a nie na prostych informacjach o dobrym lub \_\_\_\_\_ wykonaniu.





4. Powinna być przedstawiona w formie dostosowanej do \_\_\_\_\_ odbiorcy.
5. Przekazana szybko, gdy uczeń jeszcze \_\_\_\_\_, co i jak wykonał.
6. Zawiera pozytywy – \_\_\_\_\_.
7. Wskazuje poprawne rozwiązanie, pokazuje elementy składowe i drogę do \_\_\_\_\_.
8. Unika interpretacji (skupienie się na \_\_\_\_\_, nie należy oceniać ucznia jako osoby, przez pryzmat jednostkowego zadania).
9. Komentarz jest \_\_\_\_\_ od samej oceny, wyrażonej w przyjętej skali.

### ZADANIE 29.

Wyobraź sobie, że rozmawiasz z Markiem, twoim znajomym, na interesujący dla ciebie temat. Marek zadaje ci pytanie, na które czujesz, że znasz odpowiedź. Musisz tylko pozbierać myśli. Marek, nie czekając na twoją odpowiedź, sam odpowiada na swoje pytanie.

W kolejnym punkcie waszej rozmowy nie zgadzacie się do końca ze sobą. Marek dopytuje cię o twoje zdanie i w momencie, gdy otwierasz usta, żeby mu odpowiedzieć, on zaczyna opowiadać, co sądzi o twoich poglądach.

#### Zastanów się:

- Jak się z tym czujesz?
- Czy taka rozmowa zachęca do jej kontynuowania?
- Czy następnym razem, gdy usłyszysz pytanie, będziesz zastanawiać się, co odpowiedzieć?
- Czy lubisz osobę, która wchodzi ci w słowo?
- Czy nadal masz ochotę do rozmowy na ten temat?
- Do jakich refleksji na temat zachowania nauczyciela na lekcji może skłonić cię postrzeżenie takich zachowań?

#### Twoja odpowiedź:

Obserwacje pokazują, że nauczyciel czeka około 2 sekund na odpowiedź ucznia. Może to okazać się zbyt mało, aby dać uczniowi szansę na zastanowienie się nad choćby nawet krótką wypowiedzią. Po tym czasie niektórzy nauczyciele:

- proszą o odpowiedź inne osoby w klasie;
- sami odpowiadają na swoje pytanie;
- próbują naprowadzać ucznia na prawidłową odpowiedź;
- sugerują odpowiedź;
- podają własną opinię;
- w niewerbalny sposób wyrażają zniecierpliwienie.



Każde z powyższych zachowań może oddziaływać hamująco na proces formowania wypowiedzi ucznia. Gdy uczeń ma więcej czasu na odpowiedź, jego skuteczność wyraźnie wzrasta.

Zobacz lekcję innego nauczyciela. Zwróć uwagę na interakcje nauczyciel–uczeń. Zanotuj w poniższej tabelce pytanie nauczyciela, odpowiedź ucznia (werbalną/niewerbalną, zgodną z pytaniem lub nie) i zmierz z pomocą stopera/sekundnika czas potrzebny uczniowi na rozpoczęcie wypowiedzi. Zaobserwowane prawidłowości zapisz poniżej.

Pytanie nauczyciela	Czas oczekiwania na odpowiedź	Odpowiedź ucznia

Jakie są twoje obserwacje?

## Budowanie motywacji poprzez działania na lekcji

### PYTANIE 30.

Jak utrzymać motywację do nauki przez długi czas?

Czy istnieją jakieś „triki” na motywowanie uczniów?

### ZADANIE 31.

Aby potrafić dobrać adekwatne i ciekawe dla grupy uczniów zadanie, musisz ich poznać.

Dla każdej z nauczanych grup przygotuj krótką charakterystykę zespołu klasowego (sukcesy, porażki, ulubione formy aktywności, etap procesu formowania się grupy). Rozważ bardziej pogłębioną analizę. Weź także pod uwagę:

- Liczbę uczniów.
- Poziom/poziomy.
- Dynamikę klasy.
- Dyscyplinę w klasie.
- Uczniów/grupy uczniów ze specyficznymi potrzebami.
- Uczniów/grupy uczniów ze szczególnymi uzdolnieniami.
- Relacje interpersonalne wśród uczniów.
- Relacje z nauczycielem/Praktykantem.
- Rytuły/preferowane czynności, typy zadań.



- Trudności, słabe strony uczniów/grup uczniów.
- Autonomię uczniów.

## Budowanie motywacji poprzez działania pozalekcyjne

### PYTANIE 32.

Jak motywować do wykonywania pracy domowej? Jaki rodzaj pracy domowej zachęci do jej odrabiania?

### ZADANIE 33.

Zapoznaj się z cytatem przypisywanym Albertowi Einsteinowi: „Większość nauczycieli traci czas na zadawanie pytań, które mają ujawnić to, czego uczeń nie umie, podczas gdy nauczyciel z prawdziwego zdarzenia stara się za pomocą pytań ujawnić to, co uczeń umie lub czego jest zdolny się nauczyć”.

Jak możesz przekonać ucznia, że „coś” umie lub zdolny jest się tego nauczyć?

## Przykłady dobrych praktyk

### ZADANIE (DOBRA PRAKTYKA) 34.

Iwona Moczydłowska w artykule [Jak wykorzystać kody QR w nauczaniu języków obcych](#) opisuje grę scavenger hunt z wykorzystaniem kodów QR.

- Po przeczytaniu artykułu skorzystaj z [darmowego narzędzia to tworzenia takich gier](#), na stronie i przygotuj taką grę dla klasy, którą uczysz.
- Upewnij się, że w szkole, w której uczysz, dozwolone jest używanie urządzeń mobilnych lub telefonów i że uczniowie mają na swoich urządzeniach zainstalowany czytnik kodów QR. W zależności od ćwiczenia, które przygotujesz, może być także potrzebne łącze internetowe.
- Przeprowadź grę i obserwuj poziom motywacji u poszczególnych uczniów. Wybierz jednego ucznia i zwracaj na niego uwagę przez cały czas trwania ćwiczenia (najlepiej niech to będzie uczeń, który zwykle nie jest bardzo zmotywowany do pracy) i wypełnij poniższą tabelę:

Czas trwania ćwiczenia	Poziom motywacji ucznia	Interakcje z innymi	Z czego wynika konkretne zachowanie ucznia

- Po zakończeniu gry zapytaj uczniów, co podobało im się w niej najbardziej.



### ZADANIE (DOBRA PRAKTYKA) 35.

Obejrzyj film w Zestawie nr 8 pt. *Storytelling – Megan opowiada bajkę*. Zaobserwuj, jak uczniowie utrzymują skupienie uwagi przez stosunkowo długi czas. Co na to wpłynęło?

### ZADANIE (DOBRA PRAKTYKA) 36.

European Language Label to konkurs na innowacyjność w nauczaniu języków obcych. Zapoznaj się z dobrymi praktykami w opisach projektów na stronie: <http://ell.org.pl/laureaci/>. Omów z Mentorem jeden projekt, który mógłby zostać zrealizowany w twojej szkole. Jak taki projekt wpłynie na motywację uczniów?

### ZADANIE (DOBRA PRAKTYKA) 37.

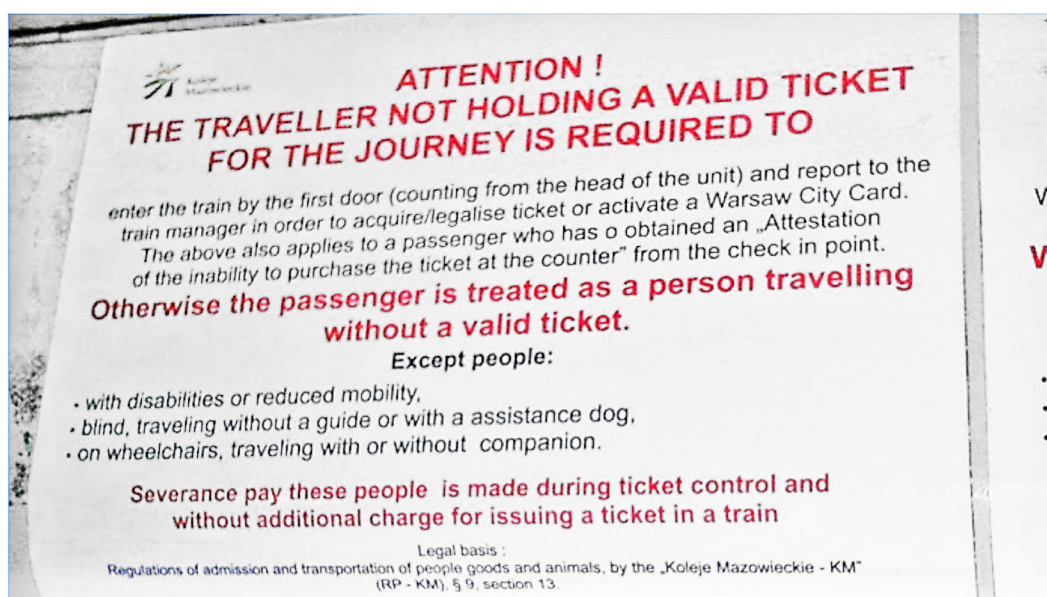
Gdy jest się dzieckiem, wszystko może być nagrodą. Wszystko może być motywacją. Obejrzyj [film](#). W filmie nauczycielka wykorzystwała ciekawą strategię motywacyjną na zajęciach dla młodych uczniów.

- Na czym ona polega?
- Zaproponuj dwie inne, podobne strategie dla młodych uczniów.

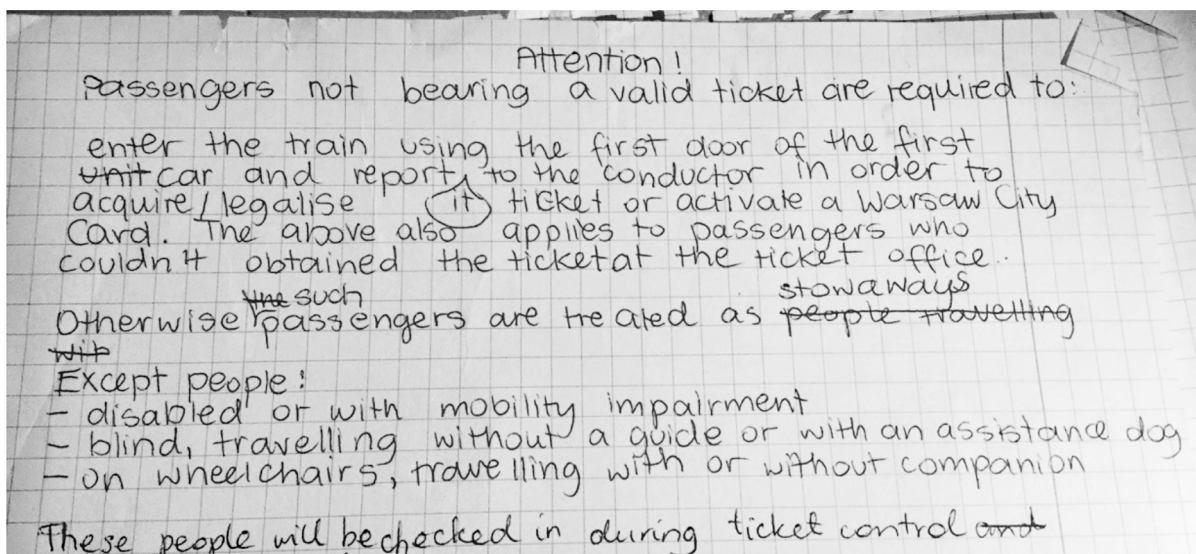
### ZADANIE (DOBRA PRAKTYKA) 38.

Dąż, aby w młodych ludziach obudzić pasję. Nastolatkom często przejawiają chęć naprawy tego, co jest złe lub niepoprawne w ich otoczeniu. Znajdź taki element rzeczywistości uczniów, z którego oni sami nie zdają sobie sprawy, ale na który mają wpływ.

Pewien nauczyciel zachęca uczniów, aby ci poszukiwali błędnie przetłumaczonych na język angielski instrukcji i poleceń w przestrzeni publicznej w Polsce. Uczniowie z ochotą poprawiają takie błędy, przy okazji usprawniając swoje umiejętności przekładu. Jest to przykład podejścia zadaniowego (task-based approach). Spójrz na przykłady pracy uczniów:



Ryc. 5. Zdjęcie naklejki informacyjnej dla obcokrajowców w pociągu



Ryc. 6. Efekt pracy grupy uczniów nad poprawnym przekładem informacji

Przeczytaj [artykuł Anny Kabzińskiej](#). W oparciu o tę lekturę zaproponuj opis kolejnych faz pracy, zgodnie z podejściem zadaniowym w tym konkretnym przypadku:

Zadanie	
Planowanie	
Prezentacja	

### Twoja odpowiedź:

#### ZADANIE (DOBRA PRAKTYKA) 39.

Czasami to, co motywuje na lekcji najbardziej, to coś, co pozornie nie pasuje do etapu edukacyjnego, poziomu, wieku lub specyfiki uczniów. Obejrzyj fragment lekcji zamieszczonej w serwisie YouTube przez użytkownika [Pronunciation Doctor](#). Określ, czy zdania podane poniżej są prawdziwe czy fałszywe:

Użycie pacek na muchy jest nieuzasadnione metodycznie.	P/F
Podział uczniów na grupy wzmacnia motywację.	P/F
Lekcja jest nieciekawa dla dorosłych.	P/F
Fakt, że nauczycielka się pomyliła, wpłynął negatywnie na jej wizerunek.	P/F
Tylko biorący udział w ćwiczeniu czerpią satysfakcję z niego i uczą się.	P/F
Jedno ćwiczenie trwające 15 minut to w tym przypadku błąd metodyczny.	P/F



## Wypróbuj sam

### ZADANIE 40.

Poruszaj na swoich zajęciach takie tematy, jakich nikt, kogo znasz, nie porusza (nie wychodząc poza normy etyczne/obyczajowe i nie raniąc uczuć ani nie łamiąc światopoglądu uczniów). Wykonuj takie ćwiczenia, z jakimi jeszcze uczeń się nie spotkał. Czy uczyłeś swoich uczniów mówić komplementy?

- Czy zapytałeś swoich uczniów, co im się ostatnio udało?
- Czy tańczyłeś z uczniami na lekcji (Total Physical Response)?
- Czy pojechałbyś ze swoimi uczniami na wycieczkę rowerową i rozmawiał tylko w języku angielskim?

We wszystkich powyższych ćwiczeniach (jeśli uczniowie ich wcześniej nie doświadczyli) zadziała psychologiczny efekt nowości, zaciekawienia nową sytuacją i pozytywnym pobudzeniem emocjonalnym, związanym z sytuacją.

Jakie aktywności (wynikające z twoich zainteresowań) byłbyś skłonny przeprowadzić ze swoimi uczniami?

### PYTANIE 41.

Jak nauczyciel może indukować stres? Poniższe zdania przeformułuj tak, aby stanowiły konstruktywną informację zwrotną:

- Kaśka, sprawdzian za chwilę! Kiepsko to widzę! Jak chcesz go napisać, skoro robisz takie podstawowe błędy? O trójce zapomnij!
- Z twoją wiedzą o zdaniach warunkowych nie masz co marzyć o maturze. Lepiej szukaj już pracy.
- Przecież ty nie masz o niczym pojęcia. „At” to zaimek?
- Z czym do ludzi? Z takim akcentem to tylko rowy kopać!

Wypowiedzi te są ogólne, niejasne i negatywne. Skutki takich komunikatów są odwrotne od zamierzonych. Jak możesz przeformułować powyższe zdania, aby uwzględnić:

- rozwijanie i wzmacnianie poczucia własnej wartości u ucznia;
- udzielanie wsparcia w przewyżnianiu napotykanymi trudnościami edukacyjnymi;
- kierowanie się zasadami pozytywnego wartościowania.

### PYTANIE 42.

Dlaczego uczniowie powinni pisać próbne testy czy egzaminy?

### PYTANIE 43

Jak wykorzystałbyś techniki relaksacyjne na lekcji języka angielskiego?



## Inni nauczyciele a rozwijanie motywacji

### ZADANIE 44.

Porozmawiaj z innymi nauczycielami w szkole, w której uczysz, o strategiach motywacyjnych. Eksperymentuj i wypróbuj pomysły podsunięte przez twój Mentor.

Kłopot w tym, że nie zawsze jesteś w stanie ocenić, czy twoje oddziaływanie na lekcji jest skuteczne.

Poproś więc, aby Mentor albo inny nauczyciel z twojej szkoły obejrzał jedną z twoich lekcji, a następnie odpowiedział na pytania: Co jest takiego w sali lekcyjnej, w ćwiczeniach, nauczycielu, uczniach, co pomaga stworzyć warunki sprzyjające uczeniu się? Co przeszkadza? (Scrivener, 1994).

	Czynniki pozytywne	Czynniki negatywne
Sala lekcyjna		
Etapy lekcji/ćwiczenia		
Uczniowie		
Nauczyciel		

## Twoja szkoła a rozwijanie motywacji

### ZADANIE 45.

Przeanalizuj wewnętrzne zasady oceniania w swojej szkole. Czy są tam nagrody?

- Czy twoje przedmiotowe zasady oceniania nie stoją w sprzeczności z zapisami ogólnymi?
- Jak możesz się upewnić, że twoi uczniowie znają zasady oceniania?

## Rodzice a rozwijanie motywacji

### ZADANIE 46.

Jakich wskazówek udzielisz, gdy rodzic w rozmowie narzeka, że jego dziecko nie chce się w domu uczyć?

### ZADANIE 47.

Rodzice czasem przeżywają stres związany z subiektywnie pojmowanymi osiągnięciami swoich dzieci. Zdarza się, że wywierają na swoje dzieci presję, która indukuje w dzieciach lęk, co nie sprzyja dobrej, efektywnej nauce. Jak możesz zmniejszyć poczucie lęku u rodzica w związku z osiągnięciami dziecka? Zaznacz te zdania, które będą powodować wzrost lęku o oceny ucznia. Następnie pomyśl, jak przeformułować te zdania, aby miały charakter wspierający?



- Czeka państwa dzieci trudny czas w czerwcu, koniec roku za pasem. Chyba sobie X nie poradzi.
- X jest taki mało odpowiedzialny, tylko by w komórkę patrzył, a nie uważał.
- Brat X dawał sobie radę, pamiętam. Ale X? Jest beznadziejny.

## Motywacja nauczyciela

### ZADANIE 48.

Zapoznaj się z ofertą lokalnych ośrodków doskonalenia nauczycieli. Sprawdź jakie możliwości wewnątrzszkolnego doskonalenia nauczycieli są dostępne w twojej szkole.

Jakie wydarzenia szkoleniowe będą organizowane w twojej okolicy w najbliższym czasie przez wydawnictwa językowe?

Dowiedz się, jak możesz sfinansować swoje doskonalenie zawodowe, korzystając z budżetu gminy/powiatu/województwa, programu unijnego lub organizacji nauczycielskiej.

Zaplanuj swoje doskonalenie zawodowe w poniższej tabeli:

Data	Organizator	Tematyka	Miejsce	Płatne/bezpłatne

## Motywacja w świetle nauki o mózgu

### ZADANIE 49.

W czasie obserwacji zajęć prowadzonych przez Mentora lub innego nauczyciela zaobserwuj zmiany emocji wśród uczniów. Wybierz jednego lub kilku uczniów, na których się skupisz i zanotuj ich wszystkie reakcje emocjonalne w czasie lekcji. W swoich notatkach uwzględnij:

Moment w lekcji	Reakcja emocjonalna	Co spowodowało daną reakcję?	Jak ta reakcja może przyczynić się do lepszego przyswojenia wiedzy?	Komentarz



**PYTANIE 50.**

Jakie działania może podjąć nauczyciel chcąc pomóc uczniowi zapamiętać materiał wyuczony na lekcji? Jak szybko powinien uczeń powtórzyć materiał, aby zapobiec spadkowi wiedzy (widocznemu na krzywej zapominania Ebbinghausa)?

**PYTANIE 51.**

Jak, w świetle wiedzy o pamięci, powinieneś zorganizować nauczanie dużej partii materiału?

## Pytania do dyskusji

**Przegląd teorii motywacji:**

- Co ciebie motywuje w pracy i w życiu? Jak myślisz, co motywuje twoich uczniów? Czy motywacja ucznia do nauki zależy od pracy nauczyciela?
- Dlaczego ludzie dorośli mogą chcieć uczyć się języka obcego?
- Na czym opiera się motywacja do nauki języka obcego u dzieci i nastolatków w szkole publicznej?
- Jakie były lub są powody, dla których ty uczysz się języka obcego?
- Czy możesz skupić się na nauce, pracy, czytaniu, gdy jest ci zimno, lub gdy czujesz głód?
- Pomyśl o czynności (jeździe na rowerze, rysowaniu itp.), którą umiesz wykonywać. Dlaczego się jej nauczyłeś? Zawsze o tym marzyłeś? Czy ktoś obiecał ci za to nagrodę?
- Czego nauczyłeś się, ponieważ otrzymałeś nagrodę? Jak nagradzali cię twoi nauczyciele?
- Jak nagradzasz swoich uczniów? Czy kara jest równie skuteczna, co nagroda?
- Pomyśl o sytuacji, gdy pracując, grając w gry lub oddając się pracy twórczej, czułeś się jakbyś zapomniał o bożym świecie? Co sprawiło, że tak się poczułeś?

**Psychologiczne aspekty uczenia się i nauczania**

- Czy twój język obcy jest tak samo dobry, gdy rozmawiasz w nim z Polakiem i urodzonym użytkownikiem języka obcego?
- Czego uczeń może się obawiać na lekcji? Czego uczniowie boją się najbardziej w kontekście posługiwania się językiem?
- Czy zdarzyło ci się być przekonanym o tym, że absolutnie nie jesteś w stanie wykonać zadania? Co spowodowało taki stan?
- Do jakich grup formalnych i nieformalnych należysz? Co sprawiło, że się z nimi identyfikujesz? Czy uczniowie zachowują się w grupie tak samo, jak poza nią? Co wpływa na zachowanie uczniów w grupie?
- Dlaczego, gdy bardzo czegoś chcemy, zwiększa się ryzyko niepowodzenia?
- Jak to, w jaki sposób postrzegamy świat, wpływa na nasze działania?
- Dlaczego lepiej zapamiętujemy treści nacechowane emocjonalnie?
- Jak optymalnie wykorzystać wiedzę o procesie zapamiętywania na lekcji języka obcego?

**Budowanie autonomii ucznia**

- Jakie korzyści płyną z samodzielności ucznia?
- Dlaczego niektórzy nauczyciele motywują skuteczniej niż inni? Jak to się dzieje, że niektórzy nauczyciele potrafią skłonić uczniów do wzięcia udziału w akcji charytatywnej?



w sobotę? Dlaczego inni nie są w stanie zmotywować tych samych uczniów do pracy w parach na lekcji? Czy różnią się metodami pracy? Czy częściej karzą, czy nagradzają? W jaki sposób nawiązują relację z uczniem?

- Przypomnij sobie motywujące ćwiczenia, których sam doświadczyłeś lub użyłeś niedawno na zajęciach?
- Jak możesz wspierać motywację ucznia poza lekcją?
- Kim jest coach? Co mógłbyś osiągnąć w życiu/pracy zawodowej dzięki pomocy coacha?
- Kim jest coach językowy?

## Inspiracje

### Książki i artykuły

Black, P., Wiliam, D. (1998). *Inside the black box*. Londyn: Kings's College.

Kopaczyńska, I. (2004). *Ocenianie szkolne wspierające rozwój ucznia*. Kraków: Impuls.

Reykowski, J. (1970). *Z zagadnień psychologii motywacji*. Warszawa: Państwowe Zakłady Wydawnictw Szkolnych.

### Strony internetowe

[Artykuł Mike'a Gershona](#) o potrzebie rozwijania „otwartego umysłu”;

[Zbiór pomysłów i zadań](#) dotyczących rozwijania motywacji;

Wykład Nicholasa Thornera [Motivational teaching: engaging young people in learning behaviours](#) – Konferencja IATEFL Glasgow 2017;

Artykuł Marzeny Żylińskiej [Problem z motywacją, czyli jak wymusić efektywną naukę](#);

Artykuł Jill Jenkins [3 Methods To Motivate the Unmotivated](#);

Artykuł [Using Praise to Enhance Student Resilience and Learning Outcomes](#);

Artykuł [Jak motywować uczniów do nauki](#);

[Wywiad z Mkihaly Csikszentmihalyi](#);

[Artykuł prof. dr hab. Danuty Gabryś-Barker](#);

[Artykuł „Bullet journal”](#);

Artykuł Iwony Moczydłowskiej [Jak wykorzystać kody QR w nauczaniu języków obcych](#).



## Spis rycin

Ryc. 1. Ankieta ewaluacyjna – odpowiedzi uczniów	8
Ryc. 2. To, jak patrzymy na kogoś, mówi więcej niż słowa	10
Ryc. 3. Kartkówka Jędrzeja z oceną i uwagami naniesionymi przez nauczyciela	11
Ryc. 4. Krzywa ilustrująca prawo Yerkesa-Dodsona.	15
Ryc. 5. Zdjęcie naklejki informacyjnej dla obcokrajowców w pociągu.	20
Ryc. 6. Efekt pracy grupy uczniów nad poprawnym przekładem informacji.	21

