

# Рефлексивный лист учителя: как три вопроса после урока помогают молодому специалисту выявлять и преодолевать методические дефициты

Слюсаренко Кристина Алексеевна,  
учитель начальных классов,  
МАОУ СОШ № 8  
г. Балашиха

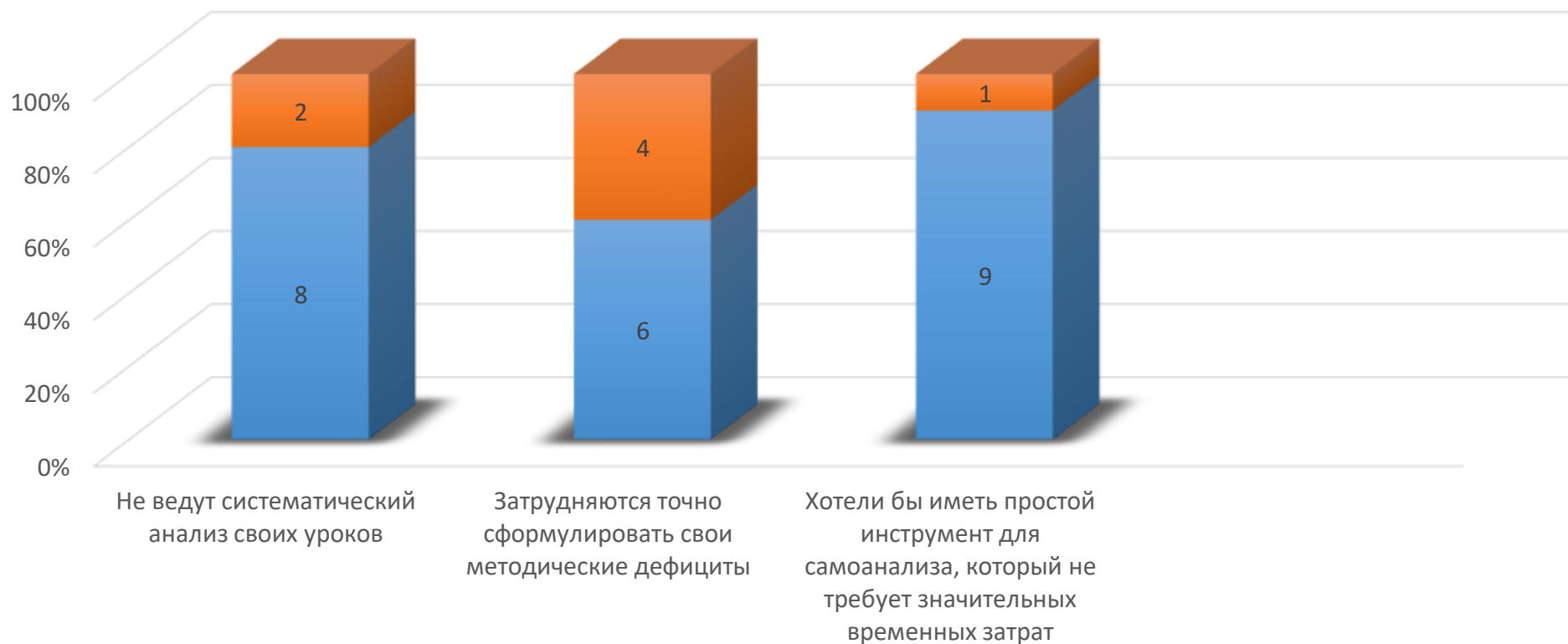
# Как я искала инструмент самоанализа

Метод	Время	Результат
Дневник самоанализа	30-40 минут	Нереалистично в ежедневном режиме
Обсуждать уроки с наставником	40-50 минут	Эти беседы часто сводились к общим фразам: «Как прошёл урок?» — «Вроде нормально».
Рефлексивный лист учителя	2 минуты	Помог систематически прорабатывать профессиональные недостатки

*Таблица №2. Методы и результат*

# Актуальность. Почему молодые специалисты не анализируют свои уроки

Опрос среди 10 молодых коллег в своей школе



№	Вопрос	Смысловая нагрузка
1	Какое учебное действие или задание вызвало у большинства детей лёгкость и быстрое выполнение?	Это зона моей профессиональной уверенности - здесь дефицита нет
2	На каком этапе или на каком содержании дети испытали заметное затруднение, остановились или долго не могли понять?	Это маркер возможного методического или предметного дефицита
3	Какое конкретное действие я предприму уже завтра, чтобы скорректировать ситуацию?	Не общая установка «поработать над темой», а одно измеримое действие

*Таблица № 2. Структура рефлексивного листа*

**Правило 1.** Заполнять сразу после урока, пока сохраняется «свежее» восприятие того момента, где дети остановились. Если отложить на вечер - картина размывается.

**Правило 2.** В вопросе №3 — только конкретика. Не «улучшить объяснение», а «использовать наглядную схему» или «посоветоваться с коллегой из параллельного класса».

**Правило 3.** Если один и тот же тип затруднения повторяется три и более раз — это системный дефицит, который требует отдельного внимания и, возможно, помощи наставника.

# Что дал мне рефлексивный лист за два месяца использования

Что я выявила	Конкретные примеры
Три повторяющиеся зоны затруднения	Задачи на движение, словарные слова с непроверяемыми гласными, перевод единиц измерения
Мои типичные методические ошибки	Склонность к ускорению объяснения без проверки обратной связи
Какие корректирующие действия действительно эффективны	Наглядные схемы, ассоциативные приёмы, короткие ритуалы переключения внимания
Какие действия оказались пустышкой	Установка «проговорить тему ещё раз» без изменения формы подачи

*Таблица 3. Результаты использования рефлексивного листа*

Рефлексивный лист учителя - это не универсальное решение всех проблем. Но он даёт три важных результата:

- Останавливает хаос неопределённости - вместо размытого чувства «что-то не так» появляется конкретный перечень зон роста.
- Переводит тревогу в действие - дефицит перестаёт быть поводом для самокритики и становится задачей, у которой есть решение.
- Экономит время и силы - 2 минуты ежедневной рефлексии работают эффективнее, чем часы бесплодных переживаний.

Урок	Дата	Класс	Предмет
Тема урока			

№	Вопрос	Ответ
1	Какое учебное действие или задание вызвало у большинства детей лёгкость и быстрое выполнение? (зона моей уверенности)	
2	На каком этапе или на каком содержании дети испытали заметное затруднение, остановились или долго не могли понять? (маркер возможного дефицита)	
3	Какое конкретное действие я предприму уже завтра, чтобы скорректировать ситуацию? (не общая фраза, а один измеримый шаг)	