

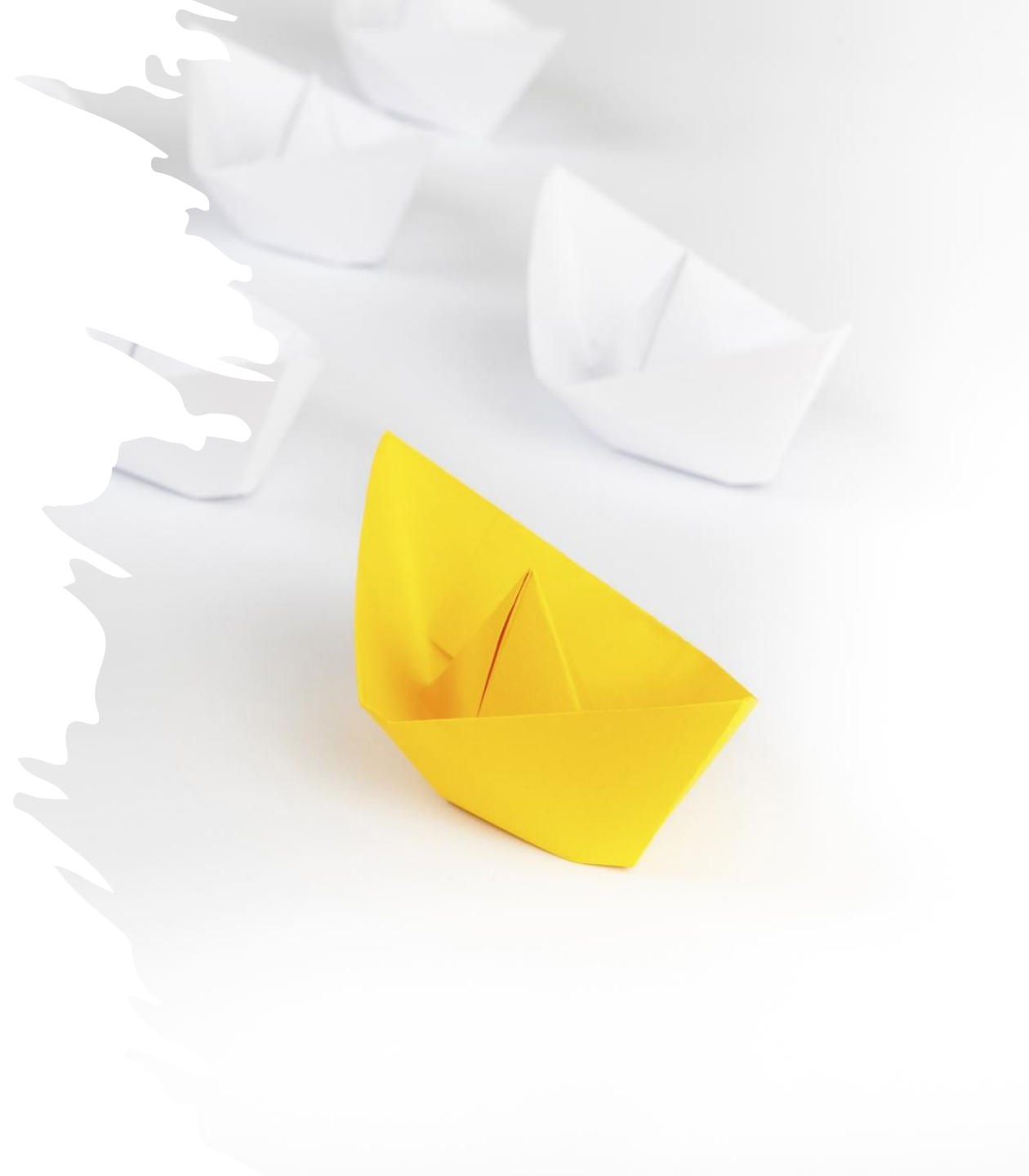


Motywacja

Zespół Szkół Ekonomicznych im. Wincentego Stysia

Motywacja

- Motywacja to konstrukt teoretyczny, którym tłumaczy się wystąpienie określonego zachowania, jego ukierunkowanie i trwanie.
- W odniesieniu do nauki szkolnej dotyczy ona subiektywnych doznań ucznia, jego chęci angażowania się w lekcje i czynności uczenia się.





7 sztuczek na
ZEROWĄ MOTYWACJĘ



"Nie walcz ze sobą, odpuść"
zamień na:

A photograph of a forest path covered in fallen yellow and brown leaves. The path is made of dark gravel and leads into a dense forest of green trees. A white, hand-drawn rectangular border frames the central text.

Wstań od tego co masz
zrobić i zmień otoczenie
- pójdź na spacer :)

A hand is shown typing on a keyboard in the background, which is slightly out of focus. In the foreground, a large, three-dimensional '@' symbol made of cardboard is prominently displayed. The entire scene is overlaid with a semi-transparent dark grey filter and a white hand-drawn border.

2. Jeśli możesz - wyłącz internet



3. Zmień miejsce pracy -
pójdź do kawiarni



4. Wybierz tylko jedną
rzecz, którą będziesz robić



5. Ogranicz bałagan, likwidując "szum tła"

Co to właściwie znaczy?



Porządek - optymalne ułożenie niezbędnych do pracy elementów, w taki sposób, by był do nich ciągły i niezakłócony dostęp ale także jest to eliminacja z otoczenia rzeczy zbędnych do pracy.

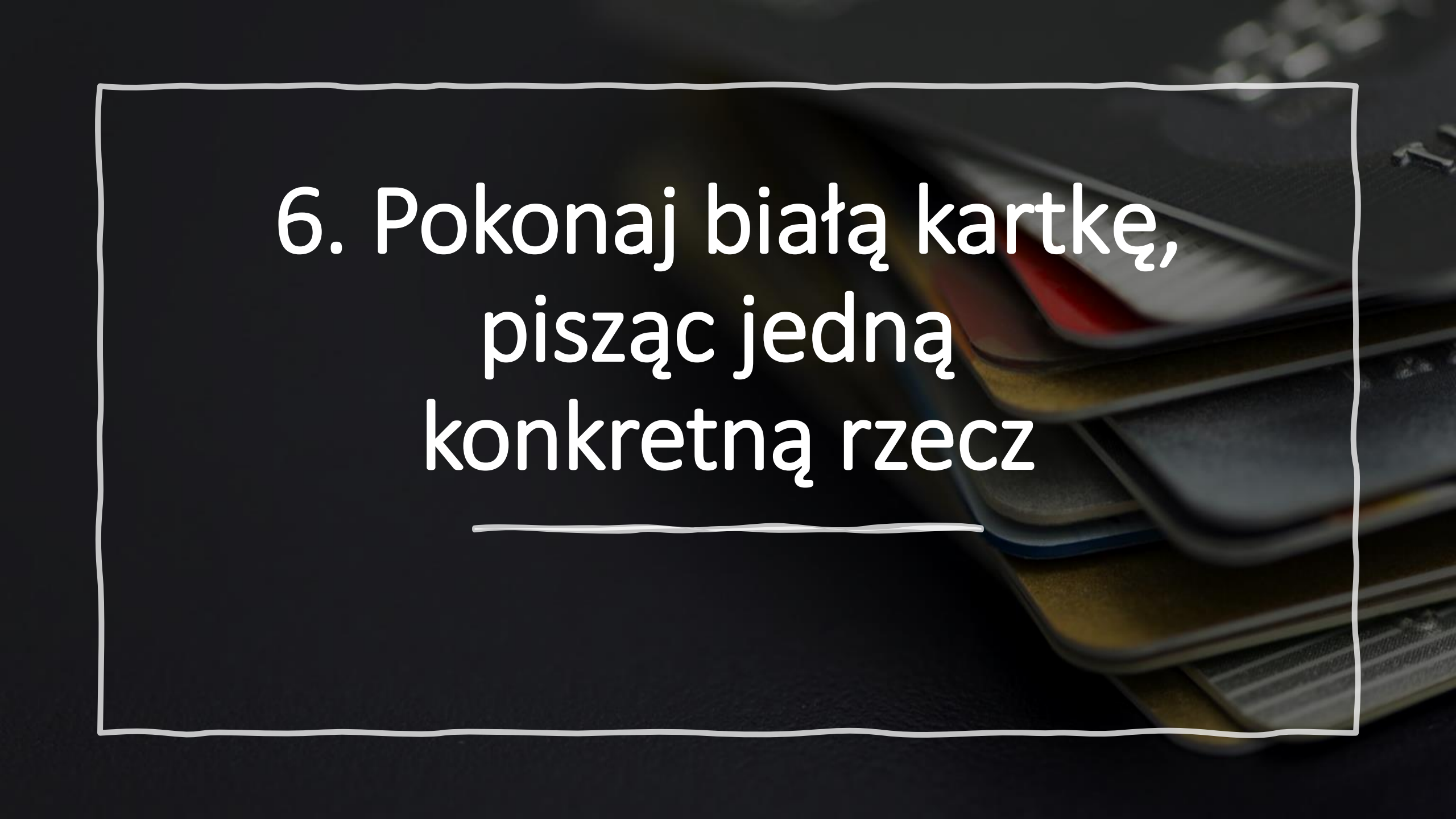


"Szum tła" - widzenie peryferyjne - jeśli oglądasz np. film na smartfonie, albo na ekranie monitora, to nawet jak skupisz się na jakimś punkcie na ekranie, to gdy o tym pomyślisz zdasz sobie sprawę, że na peryferiach widzisz to co obok monitora czy smartfona.

Widzenie peryferyjne

- **Widzenie peryferyjne** polega na tym, że widzisz tło, rejestrujesz. Oczy rejestrują, umysł na podświadomym poziomie rejestrują, ale świadomość z reguły to ignoruje. Kiedy na peryferiach dużo się dzieje, jest nieporządek, wówczas niezależnie od tego jak bardzo skupimy się na punkcie centralnym, będziemy się bardziej męczyć.
- Na peryferiach naszych oczu powinien być satysfakcjonujący ład.
- Nasz oczy i mózg to rejestrują i będą się męczyć.



A stack of several colorful notebooks (red, yellow, blue, green) is shown in a close-up, slightly blurred view. A white, hand-drawn style rectangular box with a wavy border is overlaid on the left side of the image. Inside this box, the text '6. Pokonaj białą kartkę, pisząc jedną konkretną rzecz' is written in a clean, white, sans-serif font. A thin white horizontal line is drawn below the text.

6. Pokonaj białą kartkę,
pisząc jedną
konkretną rzecz

The background features a pattern of overlapping thought bubbles in shades of grey and teal. Several question marks are scattered throughout the bubbles. In the center, a lightbulb is depicted with a blue glow and radiating lines, symbolizing an idea or thought.

Pisanie jest tożsame
z myśleniem!



Biała kartka – powody

Chcemy by pierwsze zdanie miało znaczenie, coś przekazywało, było ważne, dobre, a potem już z góry...



- Zaczynij pisać coś na inny temat.
- Spróbuj opisać treść ostatnio przeczytanej książki.
- Np. Książka ta i ta, jest o tym i o tym...
- Staraj się nie myśleć zbyt dużo :)
- Następnie, weź drugą kartkę i napisz: "Jednak po zastanowieniu się treść tej książki, dotyczy jeszcze tego... a to napisałem w uproszczony sposób i ta treść jest bardzo zniuansowana".
- Teraz postaraj się pogłębić swoją analizę - na parę zdań.
- Uwaga - zbliżasz się już powoli do końca.
- Użyj teraz takiego zdania: "Ale tak naprawdę chciałem zacząć od napisania..."
- Rezultat: Po prostu zacznij! :) (napisz pracę od środka, a następnie wróć do wstępu pisania pracy, będzie Ci łatwiej).



7. Opracuj system wsparcia

A group of people's hands are shown holding a large, reflective globe of the Earth. The globe is the central focus, reflecting the surrounding environment and the hands holding it. The background is a dark, solid color, making the globe and the hands stand out. The text is overlaid on the globe.

Ekstra presja i nagroda,
może być dobrą
motywacją do działania!

Powodzenia!!! :)



Bibliografia:

- Grafika google
- <https://www.youtube.com/watch?v=E5c-OD2vOic>
- M. Cywińska - "Rozwijanie motywacji uczniów do nauki", Uniwersytet im. Adama Mickiewicza w Poznaniu
- Prezentacja sporządzona przez pedagoga szkolnego.

