

ЛЕКЦИЈА 2

РАЗВОЕН УМ



ЗА ШТО СЕ РАБОТИ ВО ОВАА ЛЕКЦИЈА? (ПРЕГЛЕД)

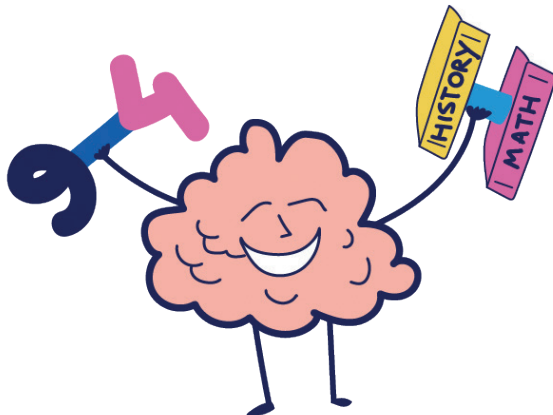
Ќе учиш за големата тајна како да се биде многу паметен!

Можеби веќе тоа го знаеш, можеби си го заборавил-а, можеби имаш сомневања за тоа... **ТИ** ја имаш способноста да одредиш колку паметен-на сакаш да бидеш.

Така е бидејќи твојот мозок е како мускул што го вежбаш и така стануваш попаметен-на.

Кога веруваш дека твојот мозок може да стане посилен и попаметен, ти имаш **РАЗВОЕН УМ**.

Кога имаш развоен ум, можеш да ги прифатиш предизвиците, да учиш од нив и, со тек на време, да станеш попаметен-на!



**АЈДЕ МАЛКУ
ВЕЖБАЊЕ!**

Подолу имаш неколку „работни листови“ за да размислиш и да ги пополниш. Тие се тука за да ти помогнат да ги сфатиш поимите и да ги примениш во твојот живот. Сфати ги сериозно и забавувај се!!! Твојот наставник/твојата наставничка ќе ти каже кога да работиш во нив.



РАЗВОЕН УМ

1 Повеќето од времето верувам дека имам:



фиксен ум

развоен ум

2 На училиште, дали во некои предмети имаш развоен ум, а во други предмети – фиксен ум? Означи каков ум имаш во поголемиот дел од времето за секој од предметите наведени 3.

Предмет	Фиксен ум? („Едноставно не сум добар-ра во ова“)	Развоен ум? (Можам да се подобрам во ова“)
Математика		
Мајчин јазик		
Англиски јазик		
Историја		
Хемија		
Биологија		
Физика		

- 3 Имајќи го предвид развојниот ум, размисли и напиши ЕДНА постапка или чекор што може да го преземеш за да се подобриш во оние предмети за кои претходно значи дека имаш фиксен ум:



Можам да _____ (постапка) за
да се подобрам во _____ (предмет).

Можам да _____ (постапка) за
да се подобрам во _____ (предмет).

Можам да _____ (постапка) за
да се подобрам во _____ (предмет).



МЕНТОРСКА АКТИВНОСТ ЗА РАЗВОЕН УМ

Оваа недела ќе се сретнеш првпат со ученикот што ќе го менторираш!!! Одговорниот наставник/одговорната наставничка ќе ти каже кога тоа ќе биде.

Прва задача ќе ти биде да му кажеш за развојниот ум.

При подготовка за менторската активност ќе треба да го направиш следново:

1

Повтори ги главните насоки што ги имаш во работната тетратка од Лекција 1 за да се потсетиш што значи да се биде ментор (дадени се во **Работен лист 2:**

Подготовка за да се биде ментор). Потсети се што одлучи да споделиш со ученикот што го менторираш за да се претставиш себеси. Напиши го тоа подолу. Може да напишеш и нешто друго за споделување.



Нешто што сакаш да го споделиш со твојот ученик што го менторираш (напиши го подолу!):

- 2 Однапред прочитај го описот на менторската активност што е даден подолу. Тоа е неопходно за да знаеш што ќе треба да правиш. Прашај го наставникот/прашај ја наставничката ако имаш нешто нејасно.

Менторска активност за развоен ум

Следи чекор по чекор опис за скорешната менторска активност со ученикот што го менторираш:

Претстави се себеси! (за првпат се среќаваш со другиот ученик)



Објасни му дека ќе се среќавате неколку пати ова полугодие и дека овие средби се за вие двајцата да поразговарате и да учите заедно (запомни дека нема да бидеш наставник, туку водич).

Започни ја активноста!

Чекор 1: Кажу му дека сакаш да споделиш некои интересни факти во врска со човечкиот мозок.



Прашај го: **Дали мислиш дека некој може да биде попаметен од тоа колку што веќе е паметен? Зошто?**

Чекор 2: Дури и да ти каже „да“ и да ти даде добро објаснување, кажи му дека ќе читате и ќе работите заедно во работната тетратка за да научите повеќе за мозокот.

Чекор 3: Дај му ја работната тетратка наменета за него/неа. Побарај ја од одговорниот наставник/одговорната наставничка, доколку сè уште не си ја добил-а. Дури и ако ја немаш, не се секирај – читај од твојата работна тетратка!

Чекор 4: Покажи му ја следнава слика (истата ја има и во неговата работна тетратка).



Shfrytëzo fotografinë dhe me fjalë të tua shpjego se:

- ✓ Користи ја сликата и со свои зборови објасни дека:
- ✓ Човечкиот мозок е многу сличен како нашите мускули. Колку повеќе работиме со него, толку стануваме попаветни.
- ✓ Мозочните вежби се различни од мускулните вежби. Такви вежби се, на пример: решавање проблеми, читање нови работи, обидување да се свира инструмент.
- ✓ Напорните и тешките проблеми се добри за твојот мозок. Твојот мозок станува посилен, а ти стануваш попаветен-на со тоа што продолжуваш да се обидуваш да ги решиш.
- ✓ Знаењето на овие работи и однесувањето на овој начин значи да имаш **РАЗВОЕН УМ**.
- ✓ Имаш **РАЗВОЕН УМ** ако веруваш дека може да станеш попаветен-на преку напорно работење.
- ✓ Обратното е, да веруваш дека си роден-а како паветен-на или непаветен-на, односно со одредено ниво на интелигенција. Тоа би значело дека имаш **ФИКСЕН УМ**, што може да те ограничи.



Кажи му на ученикот што го менторираш дека може да избере колку паметен и успешен сака да биде.

Чекор 5: Објасни му дека сега ќе се правите како да разговарате, а всушност заедно ќе глумите. Ќе читате разговор меѓу двајца ученици, од кои едниот е со фиксен, а другиот е со развоен ум. Дозволи му на твојот ученик што го менторираш да одбере дали ќе биде „ученик 1“ или „ученик 2“.



Почнете со читање! Ова е токму како разговор така што едниот од вас ќе прочита една од „своите“ реченици, па другиот ќе одговори така што ќе ја прочита „својата“ реченица од истиот ред, и така наизменично:

Ученик 1: Фиксен ум

Мислам дека интелигенцијата е вродена; или ја имаш или ја немаш.

Ме плашат тешките работи. Знаам дека не можам да ги решам, па бегам од нив. Така се заштитувам себеси да не изгледам неспособен.

Кога гледам задачи што изгледаат невозможни, си велам: „Зошто да се обидувам, кога и онака нема да можам тоа да го направам?“

Ученик 2: Развоен ум

Јас знаам дека интелигенцијата може да се развие преку учење/работење.

Сакам да работам на тешки проблеми бидејќи знаам дека дури и да не можам сега да ги решам, самото тоа што се обидувам да ги решам ме прави попаметен.

Кога не успевам или кога наидувам на задачи кои изгледаат невозможни на прв поглед, упорен сум. Не се откажувам.

Не можам да поднесам критики. Критиките ме растажуваат и налутуваат. Се обидувам да не ги слушам.

Не ми се допаѓаат критиките. Но, дури и кога болат, се обидувам да видам што можам да научам од нив.

Успесите на другите ме тераат да мислам дека се талентирани и среќни, а дека јас не сум ништо од тоа.

Успесите на другите ме поттикнуваат. Особено кога гледам дека успехот го постигнале со напорна работа.

Неуспесите што ги доживуваш покажуваат дека, всушност, воопшто не си паметен.

За мене, не постои ограничување на она што можам да го постигнам. Еден човек може да биде онолку паметен колку што посакува да биде, а не колку што другите му велат дека може да биде.

Предметот во училиште што ме прави да се чувствувам како да не сум паметен е _____. [кажи го оној кој е таков за тебе!]

Се плашам од неуспех, но си велам себеси дека на секој му се случува да не успее во нешто. Знам дека и од неуспехот можам да се подобрам. Ова особено го правам за предметот на училиште каде почесто доживувам неуспех, а тоа е _____. [кажи го оној кој е таков за тебе!]

Чекор 6: Прашај го дали има некои прашања околу тоа што значи да се има фиксен и развоен ум.

Чекор 7: Користејќи го работниот лист: „**Вежба за развоен ум**“ во работната тетратка на менторираниот ученик (истото стои и кај тебе подолу), помогни му да го примени развојниот ум за предметот со кој има потешкотија.



ВЕЖБА ЗА РАЗВОЕН УМ

(Помогни му на ученикот што го менторираш да одговори на следниве прашања во неговата работна тетратка.)

1 Во овој момент, кои предмети ти изгледаат особено тешки? Избери еден кој ти е најтежок.

- Математика
- Мајчин јазик
- Природни науки
- Физичко
- Музичко
- Друго _____

2 Можеш ли да се обидеш малку повеќе оваа недела? Сети се на моќта на развојниот ум.

3 Ако да, како планираш да ги зголемиш твоите напори?

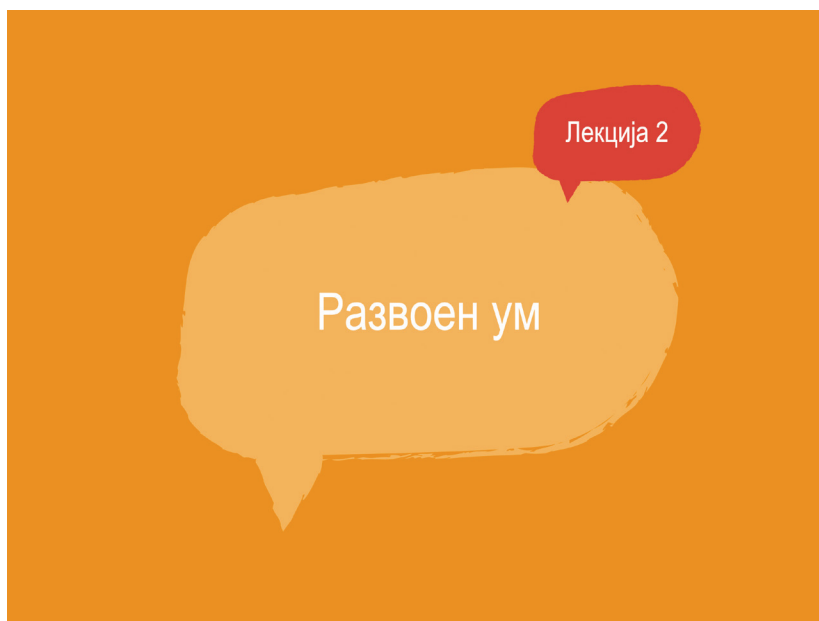
Чекор 8: Пред да се збогувате, договорете се обајцата да го негувате развојниот ум и да пробувате тешки задачи, дури и ако не ги решите успешно. За крај, потсети го:

Секој пат кога повторно се обидуваш, твојот мозок станува посилен и ти стануваш попаметен-на!



ЛЕКЦИЈА 2: СЛАЈДОВИ

Следат слајдовите од Лекција 2 во случај да сакаш да ги читаш и да ги прегледуваш сам-а!



Големата тајна на успехот!

Која е тајната на паметните и успешните луѓе?

Нивниот мозок е **ЕЛАСТИЧЕН**. 😊

Добра вест:
И вашиот мозок е еластичен!



Еластичен мозок

- **Го нарекуваме еластичен затоа што е растеглив** (нашиот мозок има способност да се менува – да се подобрува или да се влошува низ нашиот живот).
- Дали вашиот мозок ќе се менува кон подобро или кон полошо зависи од **ВАС!**



Фиксен ум

Научниците порано веруваа дека капацитетот на нашиот мозок (колку сме паметни) е непроменлив и

- фиксен – сме се родиле со определен капацитет и
- ништо не можеме да направиме за да се промени тоа.

Ова се вика „**ФИКСЕН УМ**“. 😞



Развоен ум

- Но, сега знаеме дека мозокот станува посилен и посилен **ако** постојано го предизвикуваме.
- А, мозокот ќе стане послаб и послаб ако не му даваме да работи.
- Кога верувате дека вашиот мозок може да стане посилен и попаметен, тогаш имате **РАЗВОЕН УМ**. 😊
- Ова значи: само од **ВАС** зависи колку паметни сакате да бидете!

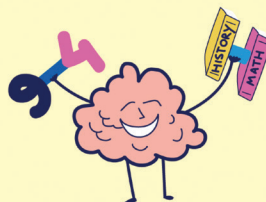


Дали може да бидете поаметни отколку што сте сега?

Да, можете да бидете поаметни отколку што веќе сте!

Како?

Исто како што можете да го зајакнете телото со вежбање на мускулите, можете да го зајакнете и мозокот ако го вежбате.



Пооптимистичен ум

Еве уште една добра вест:

- Како што мозокот ви станува посилен, така учењето нови работи ви станува полесно.
- Така, задачите што порано ви изгледале тешки, ви стануваат многу лесни!
- Овој оптимизам соодветствува на тоа како функционира нашиот мозок.

Веќе го знаете ова!

ЛЕКЦИЈА 2: РАЗВОЕН УМ

Само помислете на некоја математичка задача која ви била тешка кога сте биле во трето одделение.

- Колку ви е сега лесна?
- Но тогаш, најверојатно сте мислеле дека ви е навистина тешка.

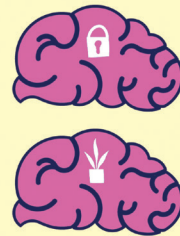


Развоен ум

ЛЕКЦИЈА 2: РАЗВОЕН УМ

- Не значи дека луѓето кои може да решат посложени математички задачи од вас, се и поаметни од вас.
- Тие само се мачеле со повеќе математички задачи отколку што сте се мачеле вие. Тоа е сè!

Ова се вика „РАЗВОЕН УМ“.



Развоен ум

Сега откријте една од најголемите тајни на УСПЕХОТ и на тоа да се биде ПАМЕТЕН.

Дали **ВИЕ** сте подготвени да го прифатите **РАЗВОЈНИОТ УМ**?



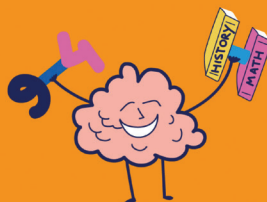
РАБОТЕН ЛИСТ 3: Развоен ум

Општо земено, врз основа на денешната лекција, себеси се сметате како:

- Некој со фиксен ум?
- Некој со развоен ум?
- Некој што некогаш има фиксен, а некогаш развоен ум?
- **Дискусија:** Кога имате фиксен ум? Зошто?



Преглед на тоа што го учевме



- Нашиот мозок **може да се менува** во текот на животот.
- Способноста за извршување на било која задача можеме да си ја подобриме ако **вложуваме доволно напор**.
- Исто како и секој мускул во нашето тело, **и нашиот мозок може да се зајакне** преку справување со предизвикувачки проблеми.
И
- Ова е тајната на најуспешните луѓе: нивното **верување дека со напорно работење можат да успеат**.

Менторска активност

Оваа недела вие ќе се сретнете со вашите ученици што ги менторирате за да им дадете совет во врска со **УМОВИТЕ!**



Што ќе правите?



- На учениците што вие ги менторирате, со свои зборови ќе им кажете што сте научиле денеска (сите потребни материјали ги имате во вашата работна тетратка).
- Ќе разговарате и ќе читате нешто заедно.
- И ќе се забавувате, и ќе му помогнете на некој помал од вас!





