



## Wielka Darmowa Powtórka dla 8-klasistów

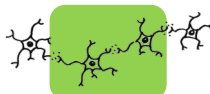
Agata Baj zaprasza na

#challengeMÓZG



Jesteśmy do siebie podobni w różnych sposobach działania, ale też mamy indywidualne preferencje. Rzucam Ci wyzwanie #challengeMÓZG zostań badaczem samego siebie, prowadź obserwacje. Zobacz co dla Ciebie działa, a co nie. Co przynosi oczekiwany efekt, a co tylko frustruje.

Zapraszam do przygody, zostań odkrywczą swoich MOCY.



Dla kogo są *Krótkie lekcje z uczenia się?*

Dla nastoletnich uczniów, dla nauczycieli i rodziców, dla studentów, dla każdego uczącego się, dla każdego, kto ma mózg ;-)



Zapraszam Cię do przygody, która trwa całe życie.

Karty te są uzupełnieniem do krótkich lekcji wideo dostępnych bezpłatnie na kanale Timszel na YouTube.



## Stwórz instrukcję obsługi (własnego) mózgu.

1. Zostań badaczem swojej głowy.
2. Śledź swoje postępy, prowadź zapiski.
3. Znajdź sprzymierzeńca.

**Zostań badaczem, zostań obserwatorem.** Wybieraj wskazówki, testuj, sprawdzaj co dla Ciebie działa.

### Zacznij pytać (i zapisywać!!!):

- Jak mogę to zrobić?
- Czy mogę zrobić inaczej?
- Jak inni sobie radzą z tym tematem?
- Jak coś komuś działa, to dlaczego działa? Jak on to robi?
- Jak mi coś wychodzi, to co takiego zrobiłem?
- Czy jak coś mi się nie udaje, czy się zniechęcam, czy próbuję aż do skutku?



### pomoc. wsparcie. inspiracja.

Czy ich szukasz? Kto może Ci pomóc? A Ty możesz komuś pomóc w rozumieniu siebie?

Rób małe rzeczy, wprowadzaj drobne zmiany, ale systematycznie. Obserwuj jaki przynoszą efekt. Modyfikuj, jeśli trzeba, i przejdź do kolejnej drobnej poprawki. Małej zmiany w sposobie działania. Jeśli będziesz konsekwentny/a i wytrwała/y, to musi się udać.



### Pytania/zadania:

Zastanów się w jakim nastroju zabierasz się za uczenie się nowych rzeczy. Czy jest ok, czy potrzeba coś zmienić? Co możesz zrobić, by Twoje nastawienie było pomocne? Pomyśl, kogo możesz poprosić o wsparcie.

Wejdź na drogę odkrywcy, badacza swoich zdolności, talentów, wierz mi, masz ich więcej niż przypuszczasz, niż sądzisz.



### Polecane książki:

7 nawyków skutecznego nastolatka – Sean Covey  
Rusz głową – Tony Buzan

