**Рефлексия. « Метод пяти пальцев» Л. Зайверта**

Учащиеся, занимающиеся по стандартам нового поколения, должны уметь:

- принимать и сохранять учебную цель и задачу;

- планировать её реализацию;

- контролировать и оценивать свои действия;

- вносить соответствующие коррективы в их выполнение;

- анализировать и контролировать своё нравственное развитие.

Для этого можно использовать «Метод пяти пальцев», предложенный Л.Зайвертом. Это простая и доступная техника, в которой за каждым пальцем руки закреплён один из контролируемых параметров качества достижения цели.

Используем ладонь правой руки. По первым буквам названия пальцев вспоминаем параметры, на основании которых осуществляется контроль.

**«М» (мизинец) – мысли, знания, информация.**

- Что нового я сегодня узнал?

- Какие знания приобрёл?

**«Б» (безымянный) – близость к цели.**

- Что я сегодня сделал и чего достиг?

«**С» (средний) – состояние духа.**

- Каким было моё настроение, расположение духа?

- Что было связано с положительными эмоциями?

**«У» (указательный) –услуга, помощь, сотрудничество**.

- Чем я сегодня помог другим?

- Улучшились ли мои взаимоотношения с окружающими?

«**Б» (большой палец) – бодрость, физическое состояние**.

- Что я сегодня сделал для моего здоровья?