

Λύκειο Βουλιαγμένης – Κ. Τσινταβής

Εργασία για το σπίτι: Συγκεντρώνομαι ...Λίγο, Πολύ ή Καθόλου?

Στόχος της άσκησης είναι η «Αυτογνωσία», σε πολλαπλά επίπεδα:

- 1) Ο χρόνος που μπορείτε να συγκεντρωθείτε πάνω σε κάποιο θέμα
- 2) Η διαφορά στην απόδοσή σας από θέμα σε θέμα
- 3) Η διαφορά στο χρόνο από μάθημα σε μάθημα
- 4) Η διαφορές από τη μια ημέρα στην άλλη

Σημείωση: Η άσκηση **δεν σχετίζεται** με αξιολόγηση!!!

- Δεν είναι ζητούμενο να ανακοινώσετε τα αποτελέσματά της στο σχολείο
- Είναι ζητούμενο να συζητήσετε με τους γονείς & να σκεφτείτε τρόπους βελτίωσής τους

1) Επίπεδο 1:

- Επιλέγετε ένα θέμα με το οποίο σας αρέσει πολύ να ασχολείστε (Μάθημα, Σκάκι, Sudoku, Video Game ...) υπό τον όρο ότι είναι διαδραστικό με συγκεκριμένους κανόνες
- Βάζετε ένα χρονόμετρο με αντίστροφη μέτρηση για χρόνο αρχικά $t=3\text{min}$
- Ξεκινάτε την ενασχόληση & αν η σκέψη σας ξεφύγει έστω και λίγο από το θέμα...
- ...ξαναρχίζετε τη διαδικασία με το χρονόμετρο στο μηδέν!
- Αν ο χρόνος περάσει χωρίς να έχει ξεφύγει η σκέψη σας, πετύχατε (!) & μπορείτε να:
 - ✓ Αλλάξετε θέμα, από Video Game σε μάθημα ή από μάθημα Α σε Μάθημα Β
 - ✓ Αυξήσετε το χρόνο σε 4, 5 ή ...min
 - ✓ Περάσετε στο επόμενο επίπεδο!!!

2) Επίπεδο 2:

- Επιλέγετε ένα θέμα το οποίο δε σας αρέσει πολύ να ασχολείστε, πάντα υπό τον όρο ότι είναι διαδραστικό με συγκεκριμένους κανόνες
- Βάζετε ένα χρονόμετρο με αντίστροφη μέτρηση για χρόνο αρχικά $t=3\text{min}$
- Ξεκινάτε την ενασχόληση & αν η σκέψη σας ξεφύγει έστω και λίγο από το θέμα...
- ...ξαναρχίζετε τη διαδικασία με το χρονόμετρο στο μηδέν!
- Αν ο χρόνος περάσει χωρίς να έχει ξεφύγει η σκέψη σας, πετύχατε (!) & μπορείτε να:
 - ✓ Αλλάξετε θέμα, από Video Game σε μάθημα ή από μάθημα Α σε Μάθημα Β
 - ✓ Αυξήσετε το χρόνο σε 4, 5 ή ...min
 - ✓ Περάσετε στο επόμενο επίπεδο!!!

3) Επίπεδο 3:

- Επιλέγετε ένα θέμα με το οποίο δε σας αρέσει καθόλου να ασχολείστε, πάντα υπό τον όρο ότι είναι διαδραστικό με συγκεκριμένους κανόνες
- Βάζετε ένα χρονόμετρο με αντίστροφη μέτρηση για χρόνο αρχικά $t=3\text{min}$
- Ξεκινάτε την ενασχόληση & αν η σκέψη σας ξεφύγει έστω και λίγο από το θέμα...
- ...ξαναρχίζετε τη διαδικασία με το χρονόμετρο στο μηδέν!
- Αν ο χρόνος περάσει χωρίς να έχει ξεφύγει η σκέψη σας, πετύχατε (!) & μπορείτε να:
 - ✓ Αλλάξετε θέμα, από Video Game σε μάθημα ή από μάθημα Α σε Μάθημα Β
 - ✓ Αυξήσετε το χρόνο σε 4, 5 ή ...min
 - ✓ ...