

Muistikortit

itsenäisen työskentelyn tueksi

1 Pysähdy!

- Rauhoitu tilanteeseen
- Sulje tarvittaessa kännykkä, tv, tietokone ja muut häiriötekijät
- Valitse rauhallinen työtila.

4 Tee tehtävä

- Keskity vain siihen, mitä olet tekemässä
- Etene suunnitelmasi mukaan
- Voit tarvittaessa muuttaa suunnitelmaasi, jos se ei ole toimiva
- Lopeta vasta, kun olet valmis.

2 Mitä pitää tehdä?

- Pysähdy ajattelemaan, mitä pitää tehdä
- Arvioi, kuinka paljon aikaa sinulla on käytettävissä kyseiseen tehtävään
- Mieti, mitä välineitä tarvitset tehtävässasi.

5 Arvioi

- Arvioi, mikä meni hyvin
- Saitko tehtävän valmiiksi?
- Minkä voisit tehdä seuraavalla kerralla toisin tai paremmin?

3 Miten sen voi tehdä?

- Suunnittele, mistä aloitat työskentelyn ja mitä teet seuraavaksi
- Aina ei tarvitse tehdä tehtäviä järjestyksessä, vaan helpoimmat voi tehdä ensin
- Jos arvioit tarvitsevasi apua jossain tehtävässä, pyydä sitä.

6 Hyvä minä!

- Palkitse itsesi hyvin tehdystä työstä
- Palkkio voi olla esimerkiksi elokuvan katsominen, tietokoneella pelaaminen tai muun mielipuuhan tekeminen.

