

Našla jsem si 1 věc, která se mi dneska ve výuce povedla.

Nechala jsem instrukce zopakovat žáky a šetřila hlasivky.

Odolala jsem nutkání odpovědět na pracovní zprávu o víkendu.

Určila jsem si čas, kdy přestanu pracovat a dodržela jsem jej.

Sdílela jsem své učitelské obavy s kolegyněmi a kolegy.

Využila jsem v hodině nápad, který jsem dostala cestou do školy.

Sdílela jsem dětem, že dneska nemám dobrý den.

Ze všech věcí, které bych chtěla jinak, jsem si vybrala jen 1, na kterou se teď zaměřím.

Při přípravě jsem využila přípravu kolegyně a šetřila své síly.

„Vím, jak chci učit. Zvládnou to. Užiju si to.“