Блок 1: Емоційний чек-ін (Формат у Liveworksheets: Drop-down box / Вибір зі списку)

- *Текст на аркуші:* "Привіт! Перш ніж ми почнемо розв'язувати задачі, оціни свій рівень енергії зараз:"
- *Варіанти для випадаючого списку:*
- 🟢 Готовий до нових викликів!
- 🟡 Трохи втомлений, але спробую.
- 🔴 Відчуваю тривогу або сильний стрес.

Блок 2: Розподіл навичок (Формат у Liveworksheets: Drag and Drop / Перетягування)

1. *Текст на аркуші:* "Розподіли ці звички у дві колонки: «Вбиває мою мотивацію» та «Допомагає вчитися»."
2. *Елементи для перетягування (Drag):*
3. Зубріння матеріалу всю ніч.
4. Поділ великого домашнього завдання на мікро-кроки (по 15 хв).
5. Страх отримати двійку.
6. Сприйняття помилки як інструменту для тренування мозку.
7. *Колонки (Drop):* Учні мають перетягнути 1 і 3 у першу колонку, а 2 і 4 — у другу.

Блок 3: Заповнення пропусків (Формат у Liveworksheets: Fill in the blanks / Текстове поле)

- *Текст на аркуші:* "Заверши головне правило продуктивності (впиши пропущені слова: *помилку, успіху*)."
- *Завдання:* "Коли я роблю _____ , мій мозок створює нові нейронні зв'язки. Тому це не провал, а обов'язковий крок до _____."
- *Інтерактив:* Ви налаштовуєте автоматичну перевірку 2, щоб слова "помилку" та "успіху" підсвічувалися зеленим при правильному введенні.

Блок 4: Рефлексія (Формат у Liveworksheets: Open-ended / Відкрите запитання)

- *Текст на аркуші:* "Напиши одну річ, за яку ти сьогодні себе похвалиш (навіть якщо завдання здається дуже складним)."
- *Інтерактив:* Велике текстове поле, де учень може вільно висловити думку. Відповідь не оцінюється системою, але її читає вчитель.

LIVEWORKSHEETS