

## Mètode R<sup>5</sup>

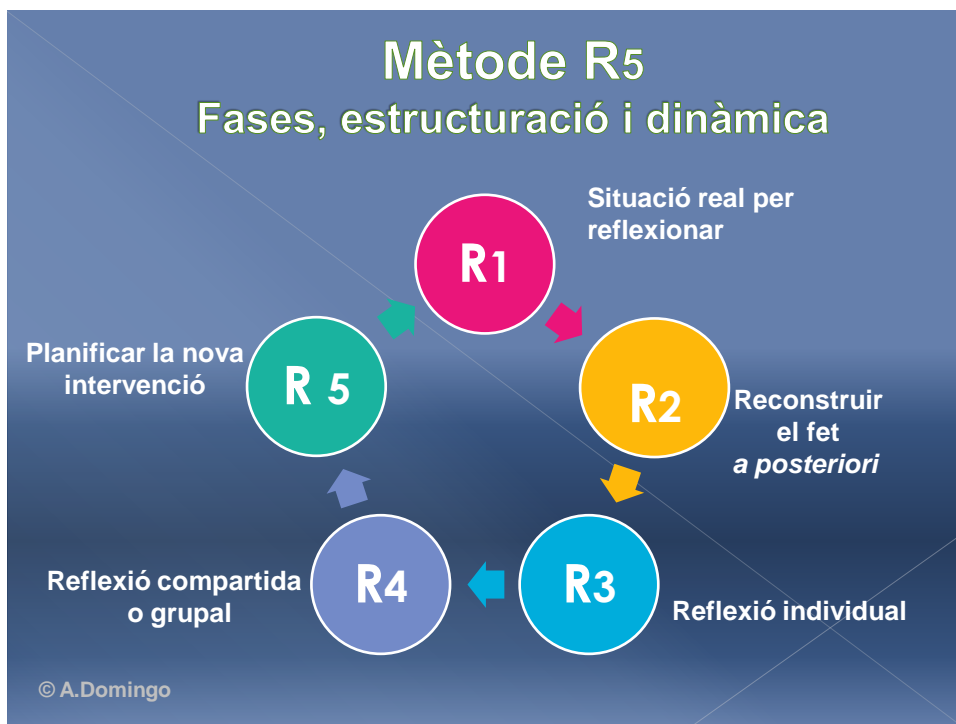
**AUTORA:** Àngels Domingo Roget, formadora de formadors

### DESCRIPCIÓ

El Mètode R<sup>5</sup> de Pràctica Reflexiva (2009) és una proposta de reflexió metodològica que condueix al docent a aprendre de la seva pròpia pràctica professional mitjançant la reflexió individual i grupal. El mètode desenvolupa la reflexivitat docent i l'optimització per mitjà d'una seqüència de 5 fases d'estructura cíclica com s'observa a la figura. El mètode utilitza les experiències professionals com a punt d'arrencada del procés reflexiu i indagador fins arribar, al final del procés, a una reformulació i increment de coneixement pràctic per millorar l'acció educativa. L'efectivitat formativa d'aquest mètode es potencia especialment amb la fase de la reflexió compartida amb altres professionals.

El Mètode R<sup>5</sup> ha estat ensenyat i utilitzat en diferents contextos de formació inicial i permanent, i és especialment apreciat pels docents que solen integrar, totalment o parcialment en el seu quefer educatiu com una estratègia professional de millora permanent.

Els docents que han utilitzat aquesta metodologia de pràctica reflexiva en els seus centres-de forma voluntària-han constatat que la seva utilització, a més de reportar una millora de la seva pràctica en les aules, produeix altres beneficis: ha enfortit la cohesió dels equips docents, ha creat en els centres educatius veritables comunitat d'aprenentatge professional, ha dinamitzat el canvi de cultura docent i els ha reforçat en la seva professió docent.



### Per saber més

Domingo A.(2010) La pràctica reflexiva en el Pràcticum de los estudios de Magisterio. En Esteve, O.; Melief, K. & Alsina, A.coord. *Creando mi profesión. Una propuesta para el desarrollo profesional del profesorado*. Barcelona: Octaedro