



Profesor
consilier școlar
Mihaela LEOCĂ
19 noiembrie 2024

Învățăm sau ne jucăm ?!



Aproape întotdeauna adulții, începând cu bunicii și părinții noștri – ai adulților de aici, dar și mulți dintre noi, consideră joaca ca pe ceva fundamental opus, sarcinilor serioase născute din pronunția „școala, teme, muncă”.

Joaca este considerată o distracție care nu are nicio legătură cu realitatea pragmatică în care se desfășoară și se organizează viața matură.

Multor generații li s-a spus și le se mai spune despre joacă că este amuzament, aproape sinonim cu pierderea de timp, în vreme ce școala este o datorie, iar munca o povară.

„ Rădăcinile învățaturii sunt
amare, dar roadele sunt dulci...”



Cum e să fii
liceean
în 2024 ?

PROVOCĂRI

Suprasolicitarea informațională:

- este copleșit de volumul de informații disponibile online, ceea ce poate afecta capacitatea de selecție și analiză critică.

Dificultăți în gestionarea timpului:

- tentațiile digitale pot distra atenția de la activitățile academice.

Izolare sau lipsă de interacțiune fizică:

- creșterea activităților online poate diminua relațiile interpersonale directe.

Datorită expunerii constante la informații rapide, are dificultăți în menținerea unei atenții concentrate pe termen lung.

Cât de vechi este jocul ?!

Identificarea primului joc din istoria omenirii este o sarcină complexă, deoarece jocurile, în diverse forme, au apărut în mod natural ca parte a culturii umane, încă din preistorie.

Cu toate acestea, cercetătorii au descoperit urme ale unor jocuri străvechi care sugerează modul în care oamenii se jucau pentru divertisment, învățare sau ritualuri spirituale.

Chiar înainte de apariția jocurilor organizate, oamenii preistorici se angajau în activități ludice simple, cum ar fi aruncarea de pietre sau bețe, care evoluau în competiții informale. Jocurile fizice, cum ar fi luptele amicale sau vânătoarea fictivă, au fost probabil printre primele forme de jocuri, fiind comune în triburile preistorice pentru antrenament și divertisment.

Rolul jocului în activitatea didactică

Dezvoltarea abilităților cognitive:

Jocurile stimulează gândirea logică, creativitatea și capacitatea de rezolvare a problemelor.

Elevii pot înțelege și aplica concepte abstracte prin intermediul simulărilor sau activităților practice.

Învățarea prin experiență:

Jocurile oferă oportunități de a învăța din practică, în special în cazul experimentelor sau jocurilor de rol.

Permit elevilor să exploreze și să își dezvolte autonomia.

Dezvoltarea abilităților sociale:

Participarea la jocuri implică colaborare, negociere și respectarea regulilor.

Ajută la construirea relațiilor între colegi și la dezvoltarea empatiei.

Creșterea motivației și a atenției:

Jocurile fac procesul educațional mai atractiv.

Prin competiție sau cooperare, elevii devin mai implicați.

Adaptabilitatea la nevoile individuale:

Jocurile pot fi adaptate la nivelul de înțelegere al fiecărui elev.

Sprijină dezvoltarea ritmică a fiecăruia, fără presiunea evaluărilor tradiționale.

Jocul din punct de vedere neuronal

Când un copil se joacă, creierul său este implicat într-o serie de procese complexe: se consolidează conexiunile neuronale implicate în procesele cognitive, iar imaginația și creativitatea sunt angrenate și stimulate. Jocul implică strategii care stimulează neuroplasticitatea, respectiv capacitatea creierului de a crea și reorganiza conexiunile sinaptice ca răspuns la noi experiențe.

Hipocampus joacă un rol important în memoria de lucru și în învățare, iar în timpul jocului se creează un sentiment puternic de excitație și de implicare experimentând lucruri dorite și plăcute, se dă un impuls pozitiv stimei de sine și motivației. Jocul oferă relaxare și distracție, reducând semnificativ nivelul stresului îmbunătățind starea de spirit.

Creierul unui copil, reacționează diferit atunci când face ceva impus, față de atunci când se joacă. Activitatea cerebrală este influențată de atenție, concentrare și motivație. Când copilul este interesat și motivat, creierul său va elibera dopamina care contribuie la o stare de satisfacție, dar dacă nu se simte motivat, activitatea cerebrală este mai redusă și apare cunoscuta stare de plictiseală și/sau frustrare.

Reacția creierului la activități impuse poate varia semnificativ în funcție de natura acestor activități și de percepția individului asupra lor. Atunci când o activitate este percepută ca fiind plăcută sau interesantă, creierul eliberează dopamină, neurotransmițător asociat cu recompensa și plăcerea. De exemplu, un elev care studiază un subiect pasionant va fi mai motivat și va avea o activitate cerebrală crescută în zonele legate de învățare.

Pe de altă parte, activitățile percepute ca impuse sau plictisitoare pot activa reacții de stres. Cortizolul, hormonul stresului, poate fi eliberat, ceea ce poate duce la o scădere a motivației și a performanței cognitive. De exemplu, când se lucrează la un proiect mai puțin stimulativ se poate experimenta o scădere a concentrației și a creativității.

Activitățile impuse pot influența modul în care creierul dezvoltă conexiuni neuronale.

Dacă o activitate devine monotonă, poate duce la o inhibare a dezvoltării neuronale, în timp ce provocările stimulante pot favoriza neuroplasticitatea.

Rețelele neuronale sunt esențiale pentru învățare și adaptare, așa că este important să găsim un echilibru între responsabilitățile impuse și activitățile care ne aduc bucurie.

Cum ne putem juca, dar să ne facem și treaba la catedră ?

...folosind tehnici psihodramatice.

Tehnicile psihodramatice sunt mijloace ce caută să spargă structura rigidă, făcând loc unei structuri flexibile.

Mecanismele schimbării în psihodramă, constau în facilitarea expresivității , ruperea scenariului, stimularea unei relații interactive « eu actor » - « eu observator ».

Tehnici :

- dublul, oglinda, inversiunea de rol, solilocviul, fotografia, sculptura...

Oglinda si dublul

“Când privesc sunt privit, deci exist.” – Winnicott, 1971

Oglinda alături de *dublu* , ca surse de cunoaștere, contribuie în mod determinant în construcția imaginii de sine.

Încălzirea

Este instrument psihodramatic – folosit la începutul unei activități asigură apariția spontaneității, stimularea creativității, energizare și stimularea motivației.

Nu durează mai mult de câteva minute (maxim 8) și cu siguranță merită efortul, pentru că nu „încarcă” cu energie și binedispune doar elevii, ci și pe noi.

Nu uităm nici atenția câștigată în acest fel.

Magia încălzirii constă în elementul „surpriză”, inclus în moment.

Exemple de încălzire

1. Mingea frige !

Recuzită – o minge (poate fi una mică).

Consemn: vom da mingea de la unul la altul, având grijă să nu o dau colegului de bancă, ci cuiva care nu se așteaptă la asta, cu mențiunea că atunci când avem mingea în mână vom spune cum ne simțim fix în acel moment (folosind un singur cuvânt); mingea circulă rapid fără a da prea mult timp de gândire (fiindcă „frige”!).

După ce toți au răspuns (inclusiv cadrul didactic), invităm elevii care se simt obosiți, plictisiți, fără energie, etc., să ridice o mână sus, pentru a putea deveni vizibili, iar cei de lângă ei vor face ce consideră (dar le dăm exemple), pentru a-i aduce la nivelul lor de energie.

Ex.: un scurt masaj, un compliment, o promisiune pentru timpul liber, etc.

2. A și B

Consemn:

Se grupează câte doi (cu cel mai apropiat coleg), în spațiul dintre bănci și vor fi unul „ A” , unul „B” , timp de 7-8 secunde pentru fiecare cuplu.

A - ciupercuță, B - un iepuraș

A - floare, B - soarele

A - chitara, B - chitaristul

A - trestie, B - vântul

A - copilul, B - mama prea grijulie

3. TV și telecomanda

Recuzită – un obiect care poate întruchipa o telecomandă (buretele de tablă sau un toc de ochelari)

Consemn: Telecomanda va sta în mâna cadrului didactic la început, care o va îndrepta spre diferite „posturi ” (elevii), care vor trebui să devină pe loc un post la alegere; telecomanda va zăbovi după bunul plac al celui ce o mânuiește asupra unui post (dar vor avea grijă să treacă toți elevii prin acest joc). Telecomanda va fi dată aleatoriu câte unui copil. Dacă la finalul momentului, rândul cadrului didactic nu va veni, atunci va trebui singur s-o facă.

alte modalități :

- treasure hunt – organizarea unei lecții de predare
- Joc de rol
- Scaunul gol

Vă mulțumesc pentru
atenția acordată !

Nu uitați să-i tratați cu blândețe, răbdare și drag... Puneți-vă inima alături de-a lor și fiți toleranți...fără îndoială, veți fi răsplătiți.
Garantat 1000 la 100.